

## HVIDLØG

### *ALLIUM SATIVUM (LILIACEAE)*

Hvidløget, der er hjemmehørende på de centralasiatiske stepper, blev gennem mindst fem årtusinder dyrket som næringsmiddel, krydderi og til lægedom.

I følge den græske historiker Herodot brugte kong Cheops, der regerede Ægypten 2551–2528 f.Kr., ikke færre end 1 600 talenter eller 48 000 kg sølv alene til arbejdernes forplejning med løg, hvidløg og ræddiker, da de byggede den største af de tre pyramider ved Giseh. På en papyrus fra o. 1600 f.Kr. står, at der under opførelsen af en pyramide udbrod strejke fordi arbejderne ikke som lovet fik de hvidløg, der værnede dem mod maveonder.

Den ældste kendte hvidløgs"recept" (et dekokt drikkes mod vanskelig urinering og galdebesvær) blev skrevet med kileskrifttegn i Babylonien.<sup>1</sup> Hvidløg nævnes i den kinesiske Hsia-kalender fra o. 2000 f.Kr.; i det gamle Kina var planten et lægemiddel for milten, man tilskrev den en beroligende virkning på maven og spiste hvidløg hvis man fik madforgiftning.<sup>2</sup>

Hvidløg omtales i Bibelen, hellige hinduistiske bøger og oldromersk litteratur. Den græske komediedigter Aristofanes (445–385 f.Kr.) brugte hvidløget som symbol på fysisk styrke. Kejser Nero lod år 80 e.Kr. uddele hvidløg til legionærerne *for at denne nydelse kan øge kampmodet*.<sup>3</sup> Et par årtusinder senere, under Koreakrigen, konstaterede amerikanske

militærlæger, at når soldaterne fik hvidløg som dagligt kosttilskud blev de 11 procent bedre egnet til krigstjeneste.<sup>4</sup> På tyske bøndergårde gav man tyendet godt med hvidløg, de skulle gøre dem mere kvikke og dygtige til arbejdet – og hanen eller gåsen fik hvidløg så den kunne besejre nabogården!<sup>5</sup>

I den oldnordiske litteratur står der intet om, at vikingerne fik skørbug (sygdom på grund af mangel på C-vitamin) under deres ofte månedlange sørejser. Skibene medførte nemlig store mængder løg og hvidløg, ét pr. mand om ugen gav tilstrækkelig forebyggelse. Ligeledes som værn mod skørbug var hvidløget for ca. 80 år siden så højt værdsat i det nordlige Sibirien, at et godt zobelskind blev byttet for en enkelt hvidløgplante, og hvidløg er stadig det vigtigste og mest benyttede antiskørbugs-middel i Ruslands arktiske egne. I Ukraine blev knuste hvidløg blandet med citronsaft i over 500 år taget som en "livseliksir"; efter ti døgn kunne man som regel mærke en markant bedring af almenbefindendet.<sup>6</sup>

Da "den spanske syge" (influenza) kom til Lapland o. 1920 opfordrede en "klog mand" befolkningen til at spise rå hvidløg. *Hundreder for ikke at sige tusinder personer begyndte at spise hvidløg, og de takker dem nu for deres liv*.<sup>7</sup> – Mange tyrkere tager hver morgen et eller to hvidløgfed på fastende hjerte for at undgå appetitmangel og træthed.<sup>8</sup>

En gammel spansk talemåde lyder: hvidløg og vin hjælper os sikkert over de høje bjerge,<sup>9</sup> og en gælisk: hvidløg og majsmejer er lægemidler for alle sygdomme.<sup>10</sup> Et gammelt fransk ord siger, at spiser man hvidløg om foråret spiser man sig til et godt helbred hele resten af året.<sup>11</sup>

Professor Max Neuburger mener, at når så mange i orientalske folkeslag opnår en høj alder trods deres uhygiejniske omgivelser og tarvelige kost, må det især skyldes det daglige konsum af hvidløg.<sup>12</sup> – Den russiske læge Lakhovsky kunne ud fra oplysninger indsamlet i mange lande fastslå, at kræft er næsten ukendt hvor befolkningen daglig spiser mange rå hvidløg, det gælder bl.a. bulgarere, rumænere og serbere.<sup>13</sup> En anden læge, dr. Lorand, skriver: *Det kan i denne sammenhæng ikke være en tilfældighed, at man i lande, hvor cancer iflg. statistikken er mest sjælden, som i Kina og Serbien, spiser mange hvidløg. Således er det også i Provence, hvad jeg dér erfarede som praktiserende læge.*<sup>14</sup>

I middelalderen og indtil Pasteur (1822–95) indførte vaccinen var hvidløg et af de vigtigste midler mod infektionssygdomme, bl.a. pest. Ernæringsforskere og læger bekræfter plantens store sundhedsværdi, og hvidløg må regnes blandt nutidens vigtigste vegetabiliske lægemidler.

#### ÆLDRE SKOLEMEDICIN

Hvidløget hører til den ældre skolemedicin og den nutidige folkemedicins mest benyttede droger. Hippokrates (o. 460–379 f.Kr.) anbefalede hvidløg som urin- og mensesdrivende, afføringsmiddel, mod indvoldsorm, koldfeber (malaria), lungebetændelse o.a. sygdomme i åndedrætsvejene, udvortes om omslag på bylder. Dioskurides (1. årh. e.Kr.) føjer til disse indikationer anvendelsen mod tandsmerter og fremhæver ligesom Galen (o. 130–200)

hvidløgets nytte som modgift efter bid af slanger og gale hunde. Abbedissen Hildegard von Bingen (1200-t.) brugte hvidløg bl.a. mod gulsot.

Henrik Smids urtebog 1546: hvidløg modvirker gift, spises mod gammel hoste, giver klar røst, virker urindrivende og afførende, mod vattersot, uddriver bændelorm, saften stimulerer hårvæksten og fjerner ansigtspletter.

Christiern Pedersens lægebog 1533: et vin- eller ølafkog drikkes for gammel hoste, et mælkedekokt for sidesmerter, saften af hvidløg og tusindgylden tages for vattersot, løgene spises på brød mod maveonde; et vinafkog af hele planten er urin- og mensesdrivende.

Homøpatien tilbereder af hvidløg essenser for bl.a. dyspepsi, halsbrand, kronisk bronkitis og astma.<sup>15</sup>

#### FOLKEMEDICINEN

I folkemedicinen fortsatte størsteparten af hvidløgets terapeutiske anvendelser i Oldtiden og middelalderen, og den føjede andre til.

Et rundspørge 1974 om lægeplanters anvendelse i den vesttyske Kreis Eschwege (Hessen) gav for hvidløg følgende applikationer: arteriesklerose og andet kredsløbsbesvær (*hvidløg er til de gamle, så bevarer de åndsevnerne*), gigt og rheumatisme, blodrensende og –fortyndende, blodtryksænkende, mod tarmluft, appetitmangel, tandpine og indvoldsorm.<sup>16</sup>

Norge: for hoste, urindrivende, brændevinsudtræk mod dysenteri og kolik, vandinfus for gigt, udvortes på ringorm, bylder og forfrysninger.<sup>17</sup>

Irland: spises med sødmælk mod astma, som blodstyrkende, mod svindsot, mælkeafkog for bronkitis, lungebetændelse, maveonde, saften af kogte hvidløg eller et whiskyudtræk mod hoste, kogt i havresuppe der spises for ondt i halsen; udvortes på bullen finger.<sup>18</sup>

Polen: for hoste indtages revne hvidløg kogt med mælk, på vorter lægges revne hvidløg.<sup>19</sup>

Ungarn: mod sygdomme i luftvejene, for højt blodtryk, arteriesklerose, mavekatar, diarré, hudsygdomme, betændelser, dysenteri, influenza, kolera, gulsot, blodmangel, neuroser, på sår. I hele landet regnes hvidløg for sundhedsbevarende og sygdomsforebyggende. En 90-årig kærnesund bondemand erklærede: hvis De vil leve længe, så spis hver dag et helt hvidløg, det har jeg altid gjort.<sup>20</sup>

Bosnien, Hercegovina: hvidløgssaft drikkes for at få svulster til at svinde; som urindrivende mod vattersot, med mælk for tør hoste.<sup>21</sup>

Rusland: knuste hvidløg i honning mod ondartet hoste; spises for feber og malaria, saften på udslæt og vorter.<sup>22</sup>

Æthiopien: spises mod snue, stikkes i næsen eller lægges på halsen mod malaria.<sup>23</sup> Kopterne: hvidløg revet i olie til omslag på psora (kløende udslæt); vinafkog drikkes af kvinder, som ønsker mere mælk i mammæ.<sup>24</sup>

Indien: saften for hudlidelser, betændelser, hæmoroider, spedalskhed m.m., hvidløgolie på inficerede sår.<sup>25</sup>

Indonesien: kogt med sukker til en sirup for åndenød, gul- og vattersot; knuste hvidløg blandet med honning på udslæt, med bomolie på sår.<sup>26</sup>

Kinesiske og tibetanske naturlæger bruger hvidløg mod forkølelse, astma, bronkialkatar, dårlig fordøjelse, diarré og forstyrrelser i blodcirkulationen.<sup>27</sup>

Hvidløgste til spædbørn med kolik, stegte hvidløg spises for strubehoste, knuste hvidløg plus citronsaft til gurgling af øm hals; gnides på ringorm (Texas).<sup>28</sup> Mod flatulens svælges saften af tyggede hvidløg; for at fremskynde nedkomst skal kvinden drikke et glas hvidløgssaft (New Mexico).<sup>29</sup>

Folkemedicinske data sorteret efter kropsfunktioner:

Urinvejene: rå hvidløg eller løgsaften indtages for blæresten; mod vattersot og



*Vild vitlök, ur Christian Egenolff, Herbarum, arbum, fruticum, frumentorum ac leguminem, Frankfurt, 1546.*

leverlidelser spises hvidløg på fastende hjerte eller hvidløgsaft i kødsuppe, for nyrelidelser hvidløg og kørvel sat på brændevin (Falster) (Danmark).<sup>30</sup> Mod blod i urinen (Sverige);<sup>31</sup> spises for nyregrus (Sicilien),<sup>32</sup> gives børn for blæreslaphed (USA).<sup>33</sup> – En schweizisk læge tilrådede at bruge hvidløg i stedet for kogsalt i saltfri diæter.<sup>34</sup>

Maven: hvidløg spist før sengetid holder fordøjelsen i orden,<sup>35</sup> vandudtræk stiller diarré,<sup>36</sup> for tarmluft spises dgl. et-tre hvidløg<sup>37</sup> (Danmark).

En tolvårig tysk pige led af kronisk diarré og smertefuld mavekrampe. Man rådede moderen til at give hende hvidløgsuppe – allerede dagen efter hørte diarréen op, og trediedagen kunne hun forlade sengen. Man spiste hvidløg mod maveonder (Østtyskland),<sup>38</sup> et dekokt mod dysenteri (Grækenland);<sup>39</sup> Dr. Schweitzer brugte i Lambarene oftest hvidløg mod amøbedysenteri.<sup>40</sup> Et mælkeafkog indtages i Bolivia mod nervøs kolik og bændelorm.<sup>41</sup>

Blodcirkulationen: spis hvidløg daglig mod for højt blodtryk (Italien, Rusland, Seychellerne, Filippinerne, Argentina)<sup>42</sup> og mod arteriesklerose (Tyskland, Rusland, USA);<sup>43</sup> rå hvidløg eller et alkoholisk udtræk indtages for åreknuder, omvendt skal et fed hvidløg spist med citronsaft og honning hæve blodtrykket (Meksiko).<sup>44</sup>

Åndedrætsorganerne: mod forkølelse, hæshed, hoste tages et varmt mælkedekot af hvidløg eller holdes et fed i hver side af munden (Danmark),<sup>45</sup> drikkes te af hvidløg (Sverige, Schweiz),<sup>46</sup> spises knuste hvidløg og honning (Østrig, Azerbaidshan),<sup>47</sup> hvidløgsaft og honning (Rusland),<sup>48</sup> byggrynssuppe kogt med hvidløg (Algeriet);<sup>49</sup> for kighoste spises rå hvidløg (Sverige),<sup>50</sup> et mælkeafkog (Rusland),<sup>51</sup> hvidløgekstrakt og honning mod kighoste og bronkitis (Indien);<sup>52</sup> et dekokt af blade af hvidløg, løg og en Clinopodium-art drikkes for hævet hals (Maya-indianerne).<sup>53</sup> Mod forkølelse spises rå hvidløg (USA);<sup>54</sup> Amerikas første

præsident, George Washington, spiste altid et hvidløg før sengetid når han mærkede at en forkølelse var i anmarch.<sup>55</sup>

Inflammationer: hvidløg indgik i et sårplaster; omslag med hvidløg skulle ”modne” bylder (Danmark),<sup>56</sup> knuste hvidløg bindes på betændt finger (Sverige).<sup>57</sup> Kompres med hvidløg på giftige dyrebid regnes i tropiske og subtropiske lande for den mest effektive modforholdsregel.<sup>58</sup>

I første verdenskrig brugte militærlæger hvidløg som desinfektionsmiddel når de opererede under primitive forhold. Frisk hvidløgsaft blev fortyndet med vand, som svamp tjente sterilt sphagnum-mos; tusinder af soldaters liv skal være reddet på denne måde.<sup>59</sup> Under anden verdenskrig købte den britiske regering tusinder af tons hvidløg til sårbehandling, og ingen soldater fik sårbetændelse.<sup>60</sup> Russiske soldater blev forsynet med hvidløg som de skulle knuse i sår for at hindre infektioner.<sup>61</sup> Sovjetiske forskere gjorde antiseptiske ekstrakter af hvidløg så populære, at de nu på klinikker og hospitaler kaldes ”russisk penicillin”.

Diverse: 1855 udkom pjecen *Hvidløg, det nyeste, bedste og med held anvendte middel imod gigt* (2. opl. 1866). Et kendt gigtmiddel var/er at drikke hvidløg sat på brændevin; på Bornholm tog man daglig et glas rom med hvidløg i mod gigtsmerter.<sup>62</sup> Der blev spist hvidløg mod gigt (Sverige). 1838 skrives, at man for podagra skal spise hvidløg oplødt i vin;<sup>63</sup> et flødeafkog blev taget mod koldfeber = malaria.<sup>64</sup>

Unge mennesker med blegspot skulle drikke hvidløgs snaps (Danmark);<sup>65</sup> for filipenser spises rå hvidløg.<sup>66</sup>

Russisk folkemedicin har for nervøse trækninger og anfald et mælkeafkog af hvidløg.<sup>67</sup>

Kogte og knuste hvidløg plus samme kvantum honning lægges på eksem og herpes, *det giver ofte gode resultater i løbet af få døgn*; et mælkedekot drikkes for at få en smuk teint (Rusland).<sup>68</sup> Allergisk udslæt behandles med

knuste hvidløg (Meksiko).<sup>69</sup> I Tyrkiet spises hvidløg mod følgerne af solstik.<sup>70</sup>

Mod parodontose: på en sovjetisk tandklinik blev finrevne hvidløg opslået med destilleret vand i forholdet 1:2 og emulsionen to-tre minutter med vibrationsmassage gnedet ind i tandkødet, derefter pålagdes det hvidløgolie 10-15 minutter, sluttelig flere mundskylninger med hvidløgssaft. Af 32 patienter behandlet på denne måde var de 29 tilfælde helt helbredte efter 15-20 daglige behandlinger.<sup>71</sup>

Hvidløg har vist sig at kunne hjælpe effektivt mod nikotinforgiftning.<sup>72</sup> Den bulgarske læge Petkov (sml. nedenfor) påviste, at hvidløg modvirker og endda forebygger blyforgiftning.<sup>73</sup> En russisk forsker dr. Gurwitch hævder, at hvidløg udsender stråler, som fremmer celledelingen i kroppen og således virker foryngende.<sup>74</sup>

#### INDHOLDSTOFFER

Frisk hvidløg (*bulbus allii sativi*) indeholder det medicinske inaktive alliin, som af enzymet alliinlyase (i drogen findes fem andre enzymer) spaltes til den antibiotiske substans allicin. Påvirket af luftens ilt dannes bl.a. diallyldisulfid og diallyltetrasulfid med den for hvidløg karakteristiske gennemtrængende lugt. Den æteriske hvidløgolie har et stort indhold (ca. 80 pct.) af sulfider. Endvidere er isoleret cholin, garlicin, adenosin, rhodanbrintsyre, jod, spor af uran, en række for organismen vigtige mineraler: magnesium, jern, zink, mangan, bor, kobber, kalcium, molybdæn og kobolt, der fungerer som biokatalysatorer, vitaminerne A, B<sub>1</sub> og B<sub>2</sub>, C, nikotinsyreamid, flavonoider og substanser svarende til de mandlige og kvindelige kønshormoner.<sup>75</sup>

#### FARMAKOLOGI OG TERAPI

De farmakologiske, bakteriologiske og kliniske undersøgelser af hvidløget begyndte først i 1930'erne, og der er publiceret flere hundrede videnskabelige arbejder om dets indholdsstoffer og deres virkninger. De fleste autorer mener at hvidløgets brede terapeutiske anvendelsesområde må tilskrives den samlede effekt af drogens mange biologisk aktive kemiske forbindelser.

Hvidløg beroliger mave-tarmkanalen, modvirker de gæringsprocessor, som giver dyspepsi, diarré o.a. infektionssygdomme; drogen er galdedrivende og sænker blodtrykket. Der blev hidtil ikke noteret en toksicitet o.a. uønskede bivirkninger selv ved høj dosering.

I vor tid med specifikke sundhedsproblemer har hvidløg fået en fortjent renaissance som et af de bedste antibiotiske og antisklerotiske naturlægemidler.

Drogens medicinske vigtigste indholdsstof er den æteriske olies allicin, hvis udpræget antibiotiske virkning udnyttes i forebyggelse og behandling af en lang række ind- og udvortes infektioner. Frisk hvidløgssaft i fortyndinger helt ned til 1:125 000 hæmmer væksten af de fleste sygdomsgivende mikroorganismer (bakterier, svampe). Mod stafylokokker er saften virksom endog i 20 cm afstand.<sup>76</sup> Et gram allicin har samme bakteriehæmmende effekt som 15 000 i.e. penicillin. T.D. Yarnovich sprøjtede frisk hvidløgssaft direkte på bakteriekulturer; efter 10 minutter var enhver bevægelse i den ophørt.<sup>77</sup> En anden antibiotisk substans i drogen, garcilin, er særlig virksom overfor dysenteri, Shigella- og Salmonella infektioner hos børn og mod indvoldorm.<sup>78</sup> Biokatalysatorerne deltager formentlig i den antibakterielle virkning på infektiøse tarmkatarer.<sup>79</sup>

Sportslægen Friedländer konstaterede, at hvidløg modvirker den især hos vandpolspillere ofte optrædende diarré.<sup>80</sup> En kvindelig laboratorieassistent blev ved et uheld inficeret

med dysenteri. Hun fik opkastning og blodig diarré. På hospitalet ordinerede lægen E. Ross en dosis hvidløg fem gange daglig. Opkastningen standsede næsten med det samme, hun fik atter appetit og var 19 døgn efter kurens begyndelse oppegående. En anden af dr. Ross' patienter havde i 17 år lidt af dyspepsi og colitis. Hun fik to doser hvidløg to-tre gange dgl. og var helbredt i løbet af halvtredie måned.<sup>81</sup>

To amerikanske læger, Kotin og Stein, beretter (1937) om deres meget positive resultater med hvidløg-kure. Der refereres tolv vidt forskellige sygehistorier, og de to læger konkluderer: hvidløg er et uskadeligt men effektivt middel til at forebygge tyfus, tb, difteritis og lungebetændelse; drogen modvirker alle infektioner i luftvejene, sanerer tarmfloraen og stimulerer fordøjelsen, stiller dyspepsi, kolik og flatulens samt dræber indvoldsorm.<sup>82</sup>

Farmakologiske undersøgelser har vist, at der sker en forøgelse af pepsin- og galdesekretionen og stimulering af peristaltikken. Den gram-positive bakterieflora bliver reguleret tilbage til normal coliflora, endvidere påvirkes tarmslinhindens gennemblødning og drogen stiller krampe i den reflektoriske muskulatur. Den beroligende effekt kan sammenlignes med narkotikas, men har ingen skadelige bivirkninger.<sup>83</sup>

Den japanske forsker Fujavara opdagede 1960, at allicinet ganske væsentligt fremmer kroppens optagelse af det vigtige B<sub>1</sub>-vitamin. I tarmene forbinder substansen sig med næringens vitamin og danner stoffet allithiamin, der meget hurtigere end det ret ufordøjelige vitamin passerer tarmvæggen og går over i blodet, som får tidoblet vitaminholdigheden. Dette er netop vigtigt i ondartede tilfælde af nervebetændelse. Opdagelsen forklarer de gode resultater af at spise hvidløg mod lever- og galdesygdomme. Under forsøg viste det sig, at indtagelsen af hvidløg fordobler leverens indhold af B<sub>1</sub> i dets effektive form

cocarboxylase, der er uundværlig for en normal leverfunktion.<sup>84</sup>

Professor Nicolas Capo i Barcelona erklærer: *Ud fra mine kliniske erfaringer har hvidløg en særdeles god virkning på leveren, milten, galdeblæren og prostata.*<sup>85</sup> Hvidløg indeholder cystein, som påvirket af ilt omdannes til cystin; begge deltager i leverens rensningsprocesser og regulerer de enzymatiske reaktioner. Cystein og dets derivater øger leverdens produktion af glykose med samtidig sænkning af blodets sukker- og kolesterolindhold.<sup>86</sup>

Der blev med hvidløgpræparater opnået overordentlig gode resultater i behandlingen af hjerte- og blodkarsygdomme. Frygtede lidelser som arteriesklerose ("åreforkalkning"), angina pectoris og thrombose ("blodprop") skyldes patogene ændringer i blodkar og pulsårer.

En gruppe testpersoner fik 100 g smør og olie af frisk hvidløg. Hos dem daledede blodsystemets fedtholdighed markant, mens det steg i kontrolgruppen, der kun spiste smør. I et andet forsøg fik patienter daglig tre gange rå hvidløg. Efter otte uger var blodets indhold af kolesterol faldet med næsten en trediedel, men det steg da der ikke blev ordineret hvidløg.<sup>87</sup>

Efter længere tids indtagelse af hvidløg påvirkes hjertemuskulaturen på en positiv måde, hjertets kranspulsårer udvides, drogens adenosin forbedrer pulsårens gennemtrængelighed og blodtrykket falder. Drogen er derfor velegnet til ældre med kredsløbstyrrelser, mod hovedpine, svimmelhed, svigtende hukommelse etc.<sup>88</sup> G. Piotrowski, medlem af Genève-universitetets medicinske fakultet, berettede 1948 om ca. 100 patienter med for højt blodtryk, der tre uger fik ret store doser hvidløg og derefter gradvis mindre. Hos 40 pct indtraf allerede efter en uge et signifikant fald i blodtrykket. Patienternes hovedpine, svimmelhed og angina-lignende smerter begyndte at forsvinde. Lægen tog enhver forholdsregel

til sikring af, at alene hvidløg bevirkede dette resultat.<sup>89</sup>

Hvidløgets urin- og blærestensdrivende virkning, som længe har været kendt, skyldes rimeligvis også drogens evne til at udvide blodkarrene.

En række læger bekræfter, at hvidløg er meget effektivt overfor arterieesklerose; blodtrykket falder og patienternes almenbefindende bedres næsten til normalen. Efter injektioner med hvidløgstrakter kunne det falde 20 mm Hg og mere. De rhodanforbindelser, som findes i drogen, virker omtrent som jod, der længe blev brugt mod arterieesklerose.<sup>90</sup>

Ortner behandlede 80 tilfælde af udpræget arterieesklerose med hvidløg og opnåede et fald i blodtrykket fra 240 til 180, 225 til 160 og 195 til 155 mm Hg. Selv hvor trykket ikke ændredes kunne altid noteres en varig bedring af tilstanden. Schlesinger gav hvidløg til patienter med alvorlig arterieesklerose kombineret med højt blodtryk og angina pectoris; de positive virkninger indtraf allerede i løbet af en uge; blodtrykket faldt 5–25 mm Hg.

Hintzelmann inducerede dyr med arterieesklerose og konstaterede, at dyrene som fik hvidløg i foderet levede 132 pct. længere end kontrolgruppen; hans kollega Koch opnåede endda en tredobling af levetiden.<sup>91</sup>

Undersøgelser i Indien bekræftedes hvidløgets antithrombotiske virkning. Af tre befolkningsgrupper, som spiste meget, lidt eller ingen hvidløg, havde blodet i gruppen med det største konsum en klart kortere koagulationstid, og det indeholdt mere fibrinogen. I 1970'erne blev det påvist, at hvidløgstrakt hindrer blodlegemernes aggregeration. Denne virkning tilskrives stoffet ajoen, som dannes af allicinet.<sup>92</sup>

Endelig beretter Krämer og Strecker om en gunstig indflydelse på angstdepressioner navnlig hos kvinder med stofskifte- og blodkarforstyrrelser og i klimakteriet.<sup>93</sup>

REFERENCER

- 1 407 54.
- 2 299 232 (m. litt. henvisn.)
- 3 247 2, 139.
- 4 304 9, 1980, nr. 2, 45.
- 5 143 1, 1864, 891.
- 6 215 101, 109.
- 7 120 19, 1932, 180.
- 8 1 29.
- 9 77 18.
- 10 108 21.
- 11 *Loll. Tid.*, 26/10 1950.
- 12 *Landwirtsch. Wochenbl.*, 30/8 1952.
- 13 303 6, 1951, 684.
- 14 261 1934, 1030.
- 15 134 327f.
- 16 28 113, 168, 255, 286.
- 17 334 38f.
- 18 425 18, 1972, 71ff.
- 19 105 52.
- 20 107 7, 1981, 338–40.
- 21 448 1, 1894, 390 og 2, 431.
- 22 177 4, 1889, 162.
- 23 389 202.
- 24 413 68f.
- 25 310 23, 1973, 381f.
- 26 211 10f.
- 27 107 7, 1981, 334.
- 28 11 19, 24, 62, 68.
- 29 123 119, 364.
- 30 221 88, sml. 183; 220 4, 614; 326 2, 426f.; 153 11; 156 2, 74 (1865); 12 45f.; 388 199.
- 31 167 1939, 62 (Dalsland).
- 32 308 298.
- 33 53 29.
- 34 363 1930, 1902.
- 35 *Jyllandsp.*, 22/10 1950; *Loll. Tid.*, 26/10 1950.
- 36 221 117, 128.

*Referensnyckeln för 19 artikler om planter återfinns på sidorna 333–342.*

- 37 12 45f.  
 38 394 4, 1931, 85; 18 40, 1916, 97.  
 39 310 9, 1961, 167.  
 40 366 266.  
 41 432 15, 1959, 56.  
 42 114 11, 1954, 14, sml. 17; 215 80; 105 396, sml. 413; 321 14, 1976, 100f.; 68 23.  
 43 40 1931, 34; 193 27; 215 17, 103; 53 36, 69.  
 44 446a 11, 82.  
 45 12 45f. (1807); *Loll. Tid.*, 26/10 1950; 201 2266 (Isl.).  
 46 413 186f.; 361 30, 1930, 64.  
 47 99 28; 198 65, 1978, 260f.  
 48 218 127; 176 2, 23.  
 49 176 76.  
 50 413 155, 223.  
 51 215 96.  
 52 98 37, 1983, 301 (Kurukshetra).  
 53 346 192.  
 54 53 50.  
 55 438 20, 1961, 13.  
 56 220 6.1, 76; 156 1, 40, 63.  
 57 413 279 (V.Götl.).  
 58 77 18.  
 59 280 36, 1983, 210; 74 70.  
 60 249 40.  
 61 467 284.  
 62 78 1906/23: 1; 328 118; 59 36.  
 63 305 1838, 255.  
 64 220 ny rk. 4, 438f.  
 65 470 19, 1932, 693 og 23, 1936, 393f.; 64 159.  
 66 55 1949.  
 67 215 59.  
 68 215 149, 170.  
 69 446a 4.  
 70 385 1, 217.  
 71 457 1978, nr. 10, 81ff.  
 72 252 1, 472.  
 73 88 1966, nr. 51.  
 74 *Weltwoche* nr. 28, 1984.  
 75 280 36, 1983, 212ff.; 134 324f.  
 76 280 38, 1985, 474f.; 304 1, 1972, 46.  
 77 70 48, 1945, nr. 7.  
 78 280 36, 1983, 212ff.; 303 19, 1964, 169f.  
 79 16 193, 1943, 1ff.  
 80 85 1927, 33, 251.  
 81 276 25/9 1925.  
 82 249 45, efter *New York Physician* sept. 1937.  
 83 303 6, 1951, 681ff. (Litt. henvisn.).  
 84 *Weltwoche*, 18/11 1960.  
 85 446a 127.  
 86 Sml. 261 1924, 11 og 183 1935, 221, 180.  
 87 *Bayer. Rundfunk*, 17/9 1980.  
 88 458 76, 1931, 596; 280 36, 1983, 212ff.; 433 66, 94, 149.  
 89 *Praxis*, 1/7 1948.  
 90 433 73.  
 91 16 1935, 178, 265; *Jahrbuch dr. Madaus* 1936.  
 92 280 38, 1985, 474f.  
 93 318 1928, nr. 3.