

VEGETABILSKE HÅRVÆKSTMIDLER

*T*il fremme af hårvæksten cirkulerer en stor mængde kosmetiske forskrifter og midler, skrev dr. G. Lammert for over hundrede år siden¹ – og det gælder stadig. Talrige industrielt fremstillede salver, tinkturer, eliksirer o.a. præparater forhandles, men ingen holder, hvad reklamen lover ... trods *hundrede aflægers og tusinder af patienters bekræftelse*.

Årsagerne til ændringerne i hovedhårets vækst og fordeling er som bekendt endnu ikke fuldt opklaret, og man kender ingen virkelig effektive modforholdsregler. Når salget alligevel fortsætter, må det skyldes dels uvidenhed herom, dels en udbredt mirakeltro og at håret er den del af kroppen, man dagligt ofrer størst interesse og omsorg – og flest penge på.

Håraffaldet (alopeki) begynder som regel efter 50-års alderen og er hyppigst hos mænd. En væsentlig årsag er svigtende ernæring af hårrødderne. Mandens kranium vokser længere tid end kvindens, følger issehuden ikke med i væksten, spændes den med sammenpresning af blodkarrene til følge. Hans hovedbundsmuskulatur er desuden stærkest udviklet og issearealet forholdsvis størst. Mænd med aldersbetinget alopeki lider altid af seborrhoe.

Hårets (for) tidlige grånen og svind, tendensen til at blive skaldet, kan være arvelig, men også skyldes forskellige infektionssygdomme, forgiftninger, hårsækbetændelse eller hormonale

forstyrrelser. Næsten alle hormontyper øver indflydelse på hårvæksten, og abnormt håraffald kunne i nogle tilfælde føres tilbage til en lidelse i skjoldbruskkirtlen, ligesom man har opnået gode resultater med hormon- og ultravioletbehandling af partiel skaldethed.

Som medicinsk problem synes alopeki hovedsageligt at gælde eller beskæftige den hvide race. Midler mod håraffald etc. er sjældne i afrikansk og kinesisk medicin. En fortegnelse med 415 malajiske plantedroger har ikke en eneste anvendt mod alopeki eller som hårvækststimulans; blandt 1 675 optegnelser om malajisk folkemedicin findes kun et herhen hørende råd.² Det kan dog ikke udelukkes, at forfatterne har forbigået sådanne midler ud fra den betragtning, at håraffald etc. ikke er "rigtige" sygdomme.³

Siden de ældste kulturer var det kraftige hår (og skæg) udtryk for maskulinitet og frihed – den skaldede blev spottet (2. Kong. 3, 23). Allerede i Babylonien brugte man hårvækstdroger, således *Juniperus excelsa* og *Lepidium sativum* blandet med bjørnefedt, *Nerium odorum* til omslag mod skaldethed og scabies i hovedbunden.⁴ Dioskurides har mod alopeki en salve af hvidløg og honning og *silphion* (*Ferula*-art?) anbefales mod skaldethed; compilatoren Plinius kender bl.a. *Lepidium sativum* med sennep, nældefrø, figenblade, frø af *Leontice* oplødt i olie – alt anvendt udvortes.⁵

De fleste af oldtidens og middelalderens ”midler” vandrede videre gennem urtebøgerne til nyere folkemedicin⁶ (sml. s. 703ff.). Som et mellemstadium kan vælges Abu Mansur’s lægebog fra det 10. århundredes Persien. Han skriver indledningsvis: *Jeg har forsket i alle bøger af tidligere lærde og doktorer, som skrev meget, og flittigt studeret, hvad de beretter om enkle såvel som sammensatte medikamenter og spiser ...*⁷

Abu Mansur nævner cirka tyve vegetabiliske hårvækstdroger der med én undtagelse appliceres udvortes; de anføres her i alfabetisk rækkefølge:

- *Adiantum capillus veneris*, asken blandet med olivenolie.
- *Allium cepa*, de knuste løg i eddike som omslag.
- *A. sativum*, fremmer hårvæksten, hvor affaldet skyldes fugtighed.
- *Artemisia* sp., asken blandet med oliven- eller bittermandelolie, ”er af stor nytte”, fremmer også skægvæksten.
- *Asphodelus*, se Ornithogalum.
- *Chamaecyparissus squarrosa*, asken blandet med løgsaft.
- *Cistus creticus*, harpiksen virker adstringerende, fordeler tykke safter, styrker hårrødderne.
- *Cyclamen europaeum*, som kompres eller dagligt indtaget med vin.
- *Lawsonia inermis*, hennaolien styrker og farver håret.
- *Melia azadirachta*, saften appliceres (nævnt af mange andre arabiske forfattere).
- *Myrtus communis*, olien befordrer hårvæksten og farver sort.
- *Ornithogalum stachyoides* eller *Asphodelus ramosus*, den tørrede og pulveriserede urt blandet med løgsaft.
- *Pinus*, aske af veddet får affaldne øjenvipper til at gro ud igen.
- *Piper betel*, bladene appliceres.
- *Pistacia terebinthus*, bladene.
- *Ricinus communis*, frøolien.
- *Ruta graveolens*, ”Mælkesaften” indgnides.

- *Valeriana jatamensi*, fremmer øjenvippernes vækst.
- *Zizyphus lotus*, styrker hårrødderne, hindrer alopeki.
- *Duhn-i sunbrás* er en olie, der styrker og fremmer hårvæksten, gør håret kraftigt og hindrer dets affald – ”et indisk middel”, der sædvanligvis bruges til dette formål.

Også i renæssancen var alopeki åbenbart et alvorligt eller særlig påagtet problem, siden første kapitel af Christiern Pedersens lægebog 1533 gælder *Om Haar falder aff hoffuit* (cap. 2 har imidlertid en række råd *Ath haarit skall icke voxer*). Af vegetabilia til udvortes brug nævner han: knuste hasselnødder eller knust bygbrød i bjørnefedt; hovedbunden vaskes med dekokt af ung eggs eller poppels mellem-bark og blade; dekokt af malurt; persille kogt med svineblod og hvidvin, hvad flyder på overfladen tilsættes kogte æggeblommer, mastiks, tysk kommen og issen gnides dermed; dekokt af vedbend-aske – *saa voxer haaret oc bliffuer gult oc paa de som gamle ere*.

En del af datidens hårvækstmidler skyldtes, som man kunne vente, signaturlæren; det gælder f.eks. *Adiantum*, soldug (*Drosera*) med langhårede blade, åkande (*Nuphar*) med lange stængler: *Roden kan treffligen komme Haaret til at voxer langt, eller oc, naar det er langt udvoxt, bevare det* (1648).⁸

Nælden (*Urtica*) ordineres i urtebøgerne mod en lang række sygdomme, men ikke for alopeki o.lign.;⁹ denne anvendelse er af nyere dato. Alkoholiske udtræk samt et destilleret vand af nælde tilsat perubalsam og vellugtende æteriske olier er som nældehårvande populære til fremme af hårvæksten. (1921);¹⁰ nælde tinktur gælder for at være et fortræffeligt hårvand (1935);¹¹ afkog af roden og spirituøse udtræk af urten spiller i folketroen en stor rolle som hårvækstmidler (1948);¹² vore oldemødre vidste; at den (nælden) gav grøde til håret.¹³

Dekokt af nælderødder benyttet som badevand mod håraffald og/eller for at stimulere

hårvæksten kendes fra Norge,¹⁴ Sverige,¹⁵ Tyskland,¹⁶ Holland,¹⁷ Østrig,¹⁸ Schweiz,¹⁹ Slovakiet.²⁰ Den 92-årige ”stålfarfar” Alfred Cederkvist i Eksjö begyndte som 80-årig at blive skaldet, spiste masser af nælder og fik håret igen.²¹

Heller ikke burren (*Arctium*) er i urtebøgerne nævnt som middel mod hårfald. En *Kunst-, Haus- und Wunderbuch* udg. i Frankfurt 1690 har et råd for at få meget smukt, langt og gyldent hår i løbet af få dage: hovedbunden gnides med dekokt af rødderne, man lader det tørre ind, og *du vil undre dig over resultatet*.²² Burrerodspomade blev o. 1870 anbefalet i danske aviser som et fortrinligt middel til at få hår til at gro frem på skaldede isser.²³ Dekokt af roden anvendt folkemedicinsk som kompres, vask eller indgnidning er meddelt fra bl.a. Norge,²⁴ Holland, Tyskland, Østrig,²⁵ Schweiz,²⁶ Slovakiet, Letland,²⁷ Sovjetunionen,²⁸ USA.²⁹ Kneipp anbefalede mod hårfald, skurv og kløe et eddikeblandet udtræk af lige dele burre- og nælderødder. Også olie-, spiritusudtræk og et vandigt destillat af roden har fra gammel tid haft ry for at modvirke alopeki og skæl, befordre hårvæksten og gøre håret stærkt. Den tyske *klettenöl* havde oprindeligt intet med *radix bardanae* at gøre, kletten – betød ”filtret hår”.

Løg og specielt hvidløg (*Allium sativum*) hører til ældre skole- og folkemedicins mest brugte lægemidler. Som lån fra antiken (sml. ovenfor) har Harpestræng i 1200-tallet: skaldet isse bades med løgsaft og smukt hår gror ud igen;³⁰ Henrik Smid's *Urtegaard* 1546ff.: rødløg gnides på hovedet mod hårfald; hvidløgssaft fordriver skæl, asken af brændte løg får affaldet hår til at vokse frem; Simon Paulli, *Flora danica* 1648: overskårne løg dypes i olie og gnides på spædbørns afragede hovedbund, så bliver den ny hårvækst kraftigere – gør mødrene det ofte, er deres børn ikke så tyndhårede eller skaldede under opvæksten.

Lignende applikationer er i nyere tid optegnet fra Danmark. En jysk kvaksalver brugte knust hvidløg med honning og brændt ambra som hårvækstfremmende salve,³¹ den ”kloge mand” på Rømø et saltvandsafkog af porre (*Allium porrum*),³² ”flyvemester” Peter Nielsen gned hovedbunden med løg eller badede den med løgsaft for at hindre yderligere hårfald.³³ En pilskaldet trykkeriarbejder i Holstebro prøvede mange ”håreliksirer” og intet hjalp; bedstefaderen, som havde et kraftigt hår, rådede ham til at gnide issen med akvavit og halve hvidløg, og nu begyndte nyt hår at gro frem.³⁴ På New Zealand har en gammel mand (immigrant?) været helt skaldet siden 20-års alderen, men han tror fuldt og fast, at håret kommer igen, når han dagligt gnider hovedbunden med salt og løg – *nu kan han tælle 50*



APOTEKARE POHLS vitlökspreparat

*Reklamannons, ur Farmaceutisk matrikel
från 1955.*

hår (1952).³⁵ – I øvrigt er rød- og hvidløg kun på Balkan og i Spanien benyttet mod hårfald: Saften gnides på hovedbunden,³⁶ som salve anvendes hvidløg og krudt (1875),³⁷ efter at issen er barberet, pålægges en pasta af hvidløg, dynamit og pulveriseret teglsten, det hele dækkes med kogøgødning.³⁸

Neden for anføres i alfabetisk orden nogle andre vegetabilia med tilskrevet hårvækststimulerende virkning (fortegnelsen er langt fra komplet); samtlige appliceres udvortes – A = mod alopeki, S = vækststimulans, hårtonikum.

- *Abrus precatorius*, frøene, A; Indien.³⁹
- *Acrocomia cleroarpa*, olieudtræk, A: Guarani-indianerne, østl. Paraguay.⁴⁰
- *Adiantum capillus veneris*, A: Pakistan,⁴¹ signatura rerum!
- *A. pedatum* var. *aleuticum*, aske af brændte plante, giver langt, skinnende sort hår, Quinault-indianerne, Washington.⁴²
- *Aesculus hippocastanum*, brændevinsudtræk af knuste frugter, A; gl. dansk husråd.⁴³
- *Alnus*, dekokt af grønne grene mod hårrodsbetændelse; Danmark (Fyn).
- *Aloe barbadensis*, *A. indica*, opblødt i sprit, S; Indien.
- *Arnica montana*, ifg. tekst på østrigsk præparat indeholder blomsterne stoffer, der gør håret fyldigt og smukt – *de har i århundreder (?) været kendt som livgivende til hårvækstens fremme* (1947).
- *Artemisia absinthium*; *Hortus sanitatis* 1533: *hvis håret falder af, vask det med malurt kogt i luge med stabwurz* (*Artemisia abrotanum*), *så bevares håret og det falder aldrig af*.⁴⁴ Dekokt mod A; Danmark (Jylland).
- *A. vulgaris*, dekokt af bladene, A og S; USA (Pennsylvania).
- *Berberis buxifolia*, *B. heterophylla*, bærskaller koges i vand, tilsættes alkohol og glycerin, appliceres to gange dagl., A og S; Argentina.⁴⁵
- *Calamagrostis epigeiros*, dekokt af rødderne, S; Letland.
- *Calocarpum sapota*, den knuste plante, A, gør håret blødt; Mexico.⁴⁶
- *Cerasus*, dekokt af træets bark, A: USA (Alabama).⁴⁷
- *Colletia ferox*, olieudtræk koges, indgnides, læger alle hårsygdomme, har hjulpet talrige, der led af A; Argentina.
- *Crescatia kujete*, udtræk af bladene, S; Mexico.
- *Dacrydium cupressinum*, saften, A; New Zealand.⁴⁸
- *Dialium laurinum* (sandsynligvis denne plante), bladene pålægges, A; Malaya.⁴⁹
- *Dicentra formosa*, knuste plante eller denne i vand indgnides, navnlig på børn, S; Skagit-indianerne, Washington.
- *Eurotia lanata*, afkog, A og S; indianere i Nevada, USA.⁵⁰
- *Ficus*, dekokt af bladene, A; USA (Alabama).
- *Fumaria* sp., A; Argentina.
- *Geum triflorum*, knuste plante, S; Makah-indianerne, Washington.
- *Hedychium spicatum* indgår i kosmetik som S; Indien.
- *Heuchera micrantha*, knuste plante gnides i småpigens hår som S; Skagit-indianerne, Washington.
- *Hexalobus senegalensis*, hele planten som S; Vestafrika.⁵¹
- *Hibiscus esculentus*, bladene i shampoo som S; Karibiske øer, Dominica.⁵²
- *H. rosa sinensis*, saften af kronbladene koges i vand og olivenolie, til vandet er fordampnet, S; Indien.
- *Honning* (mel) blandet med pulv. bittermandel, A; Danmark:⁵³ med brændt kvindedår, A; Island.⁵⁴
- *Humulus lupulus*, koges af kvinder med tyk olie til en nyttig hårsalve; Letland.
- *Iris*, sovjetisk biolog har af *Iris* fremstillet et ekstrakt, der skal virke 100 pct. mod A.⁵⁵

- *Juglans regia*, bladene af valnød og vejbred (Plantago), S; Danmark 1807.⁵⁶
- *Juniperus communis*, vandafkog af bærrerne, A; grene koges med myretue (med myrer), A; samer;⁵⁷ enebærlud giver langt og smukt hår; Norge (Hålogaland).⁵⁸
- *Leea curtisii*, knuste blade og kinesisk wbak, S; Malaya.
- *Laurus nobilis*, frugtolien, A; Grækenland.⁵⁹
- *Linum usitatissimum*, i delvis magisk middel koges ny hørplanter i øl, til halvdelen af vædsken er forsvundet, hovedbunden bades med resten og det får håret til at vokse, ja gro så stærkt, at man knap får tid til at klippe det af (!); Danmark (Møn); hørfroaske og olie, A; Norge.
- *Loeselia mexicana*, knuste plante eller dekokt, A; Mexico.
- *Lonicera*, tinktur af friske blade og blomster, A; Grækenland.
- *L. ciliosa* anv. som *Heuchera micrantha*; Chehalis-indianerne, Washington.
- *Lycopodium*, hår kløvet i spiderne blev badet med dekokt i kourin; Sverige (Frostviken).
- *Majan*, olieafkog af barken, A og S; Mexico.⁶⁰
- *Malva*, vandafkog, A; Danmark.⁶¹
- *Medicago*, skaldet hest vaskes med olieafkog; Danmark 1500-tallet.⁶²
- *Myrica gale*, dekokt, A; Norge (Lyngdal).⁶³
- *Myristica fragrans*, frøolien indgår i pomader som S; Indien.
- *Myrtus communis*, fikseret olie af frugterne, A og S; Indien.
- *Nasturtium officinale*, saften blandet med parfumeret sprit og dagl. indgnedet skal modvirke A; Spanien.⁶⁴
- *Picea excelsa*, skud opblødt i vinsnaps, A og S; Sydtyrol,⁶⁵ sml. s. 705.
- *Pilocarpus pennatifolius*, *P. selloanus*, infus, A og S; Argentina.
- *Polytrichum commune*, dekokt, S (1854): USA,⁶⁶ signatura rerum.
- *Populus*, bladknopper samlet om foråret ristes, udpresses, blandes med svinefedt, berømmes som S; Østrig (Steiermark);⁶⁷ knopperne koges med fedt og olie til en "poppelsalve", der anv. alene eller med alt-hæasalve og laubærolie, S; Tyskland.
- *Quercus*, dekokt af bark og blade, A; Danmark 1632ff.,⁶⁸ sml. s. 700.
- *Raphanus sativus*, knust og blandet med honning, A; Balkan.⁶⁹
- *Ricinus communis*, de gamle ægyptere brugte frøolien som S,⁷⁰ salve af ricinusolie og garvesyre, A; Tyskland (Bøhmen), ricinusolie og vand, A og S; USA (Alabama).

Ricinus.
Wunderbaum.



Ricin (Ricinus communis), ur ur Leonhart Fuchs, De Historia Stirpium, c:a 1545.

- *Rosmarinus officinalis*, alkoholudtræk styrker hovedbunden; Østrig (Tyrol), indgrides 3 gange dagl., A; Mexico.
- *Rumex*, dekokt af rødderne, A; Danmark (Langeland).⁷¹
- *Salix*, dekokt af bladene, A; Norge (Jæren), af huzulerne i de østl. Karpathen anv. som S.
- *Salvia lavanduloides*, vandudtræk, A; Mexico, drogen alm. i hovedstadens mercados.
- *S. officinalis*, er man midaldrende og konstaterer et begyndende hårfald, kan det ofte hjælpe at indgvide hovedbunden med salviete (1954).⁷²
- *Scoparia ericacea*, dekokt, A; Guarini-indianerne, Paraguay.
- *Sedum rosea* (Rhodiola), dekokt af hele planten, A; Norge (Søndmør)⁷³ eller kun af rødderne og med smør, væsken sies fra, S; Færøerne.⁷⁴
- *Sprekelia formosissima*, knuses og tilsættes vand, A; Mexico.
- *Swietenia*, knuste frø blandet med trækul og vogns mørelse; A; Mexico.
- *Thymus*, udtræk med alkohol og petroleum, S; slovakker.
- *Tilia*, destilleret vand af blomsterne, A; Tyskland.
- *Trichosanthes cucumerina*, bladsaften, A; Indien.
- *Tropaeolum majus*, ifg. den franske fytoterapeut Leclerc virker den knuste plante anv. som kompres stimulerende på hårrøddernes aktivitet, forhindrer A.
- *Urginea scilla* (*U. maritima*), A; Grækenland.
- *Verbascum*, vask med kongelysvand får hestens hår til at vokse; Danmark begyndelsen af 1800-tallet.
- *Viburnum lanata*, dekokt af blade og bær, A, gør håret mørkt; Balkan.
- *Vitis* sp., vinstokkens og druens saft gør håret langt, skinnende, krøllet; USA (North Carolina).⁷⁵

- *Yucca baccata*, *Y. glauca*, udtræk af roden, A; Kiowa-indianerne, USA;⁷⁶ meget anv. til shampoo, man tilføjer *Artemisia campestris*, A, gør håret langt, blødt og duftende; Navajo-indianerne, Mexico.⁷⁷
- *Zingiber officinale*, friske rodskiver, S; Kina.⁷⁸

En mindre gruppe herhen hørende droger blev (bliver) benyttet for at konservere hårets naturlige farve subs. gøre gråt hår mørkere. – Man spurgte en gammel mandling i Bøhmen, hvordan han bevarede sit hårs naturlige farve til en så høj alder, og svaret lød: brænd malurt til aske og brug den blandet



Sjölök (*Urginea maritima*), ur Christian Egenolff, *Herbarum, arbum, fruticum, frumentorum ac leguminem*, Frankfurt, 1546.

med rosenhonning som salve, efter at hovedbunden er grundigt vasket. Gråt hår vasket med kold te af *Artemisia vulgaris* bliver mørkt (USA),⁷⁹ Californiske indianere har i mange år drukket et infus av *Artemisia tridentata* for at gengive gråt hår dets oprindelige farve.⁸⁰ Safte af *Eclipta erecta* koges i vand med jernpulver, alun og olie, til kun olien er tilbage, denne tilsættes kanelolie, dagl. applikation giver gråt hår dets naturlige farve (Indien). Knuste frø af *Sterculia platanifolia* skal forvandle gråt hår til sort (Malaya). I de fleste tilfælde er vel blot tale om en farvningsproces.

”Skæl”, er død, løs hud i hovedbunden og langt den hyppigste ”hår”lidelse, som mange forgæves prøver at få bugt med. Folkemedicinen kender mange ”midler”, der tildels falder sammen med dem, som skal fremme hårvæksten:

Abies, *Picea*, vandafkog af grenene; Færøerne. *Betula*, dekokt af unge, tørrede knopper; Lapmarken (Sorsole). *Cannabis*, udtræk; Abu Mansur, Persien (10. årh.). *Fumaria* sp. berømmes for at kunne bekæmpe skæl; Argentina. *Hedyotis congesta*; Malaya. Infus af *Larrea maxicana* kan redde en person helt fra skæl, den eneste ulempe er, at håret bliver groft, men til gengæld meget stærkt; californiske indianere. *Salix exigua*, pulp af kogte blade og unge kviste gnides i hovedbunden; USA (Nevada). Dekokt af hovedklid blandet med eddike; Danmark (Jylland). Dekokt af nælde; Tyskland.⁸¹ *Yucca*, rodudtræk; Kiowa-indianerne, USA og Navajo-indianerne i Mexico (77 sml. 78).

Har eller havde de nævnte droger nogen eksakt virkning? – Deres anvendelse gennem generationer kunne tyde på, at man opnåede gunstige resultater, men måske var det ikke selve drogen, der hjalp. Under applikationerne fik hovedhuden en tiltrængt afslappende massage, den blev tilført fedtstof eller omvendt, seborrhoen modvirket af de spirituøse udtræk, der også dræbte for håret skadelige mikroorganismer. Andre droger

virkede som irritantia eller stimulerede hvilende hårsække til ny aktivitet, hårrødderne fik tilført nærende stoffer. Men hvor sidstnævnte er døde, må enhver behandling naturligvis være nytteløs. Bemærkelsesværdigt mange af drogerne indeholder saponiner, garvestoffer og/eller antibiotika og blev også anvendt mod eksem, udslæt o.a. hudlidelser, som ”blodrensende”, sårlægende etc.

Eksempelvis har forsøg i Rumænien vist, at et vandudtræk af *Urtica dioeca* virker bakteriostatisk på mikrober som *Shingella*, *Staphylococcus aureus haemolyticus* og *Pasteurella aviceptica*; nældsafte injiceres i hønseæg med influenza vira gav tydelig hæmning af deres videre udvikling.⁸² Den antibiotiske effekt af *Allium sativum*, *Arnica montana*, *Raphanus sativus*, *Cannabis sativa*, *Humulus lupulus*, *Arctium* og *Tropaolum* er ligeledes eksperimentelt og klinisk bekræftet.⁸³

Visse af de folkemedicinske hårvækstmidler kan meget vel indeholde stoffer, der virker efter hensigten. Videre undersøgelser bør foretages og opmærksomheden rettes især mod de oversøiske droger. Naturfolkernes empiriske farmaci og terapi har som bekendt ofte givet værdifulde impulser til Aftenlandenes medicin.

KILDER OG NOTER

- 1 Lammert, G., 1869, *Volkmedizin und medizin. Aberglaube in Bayern*, Würzburg, s. 188.
- 2 *The Gardens' Bulletin* 6, 1960 [1929–30], s. 3–147, 168–282.
- 3 Medtages ikke i f.eks. Coon, Nelson, 1963, *Using Plants for Healing*, New York, 372 s.
- 4 Campbell Thompson, R., 1949, *A Dictionary of Assyrian Botany*, London, s. 273, 347.
- 5 Plinius, ÅR, *Naturalis historiae* XX, ORT, s. 50, XXI, ÅR, s. 13; XXIII, ÅR, s. 63 jf. *Historische*

- Studien aus dem Pharmakolog. Inst. d. Kaiserl. Univ. Dorpat* 3, 1893, s. 341f.
- 6 Larsen, Henning, 1931, *An old Icelandic medical miscellany*, Oslo, s. 75, 80, 98, 202, har mod håraffald Ruta, Nasturtium, Lilium (løg), laurbærolie.
 - 7 *Historische* [note 5], s. 139ff.
 - 8 Paulli, Simon, 1648, *Flora danica*, København, s. 95, no. 23, kaldes derfor **hårrod**; med kam dypet i lud af åkande redes hest, hvor hår skal gro frem (1600-t.): Boers, Kr., 1939, *Dansk veterinær Folkemedicin*, Horsens, s. 129.
 - 9 Dodoens, Rembert, 1644, *Crvydt-Boeck ...*, Antwerpen, s. 325; hænder vasket med afkog af nælderødder gror fulde af hår.
 - 10 Schulz, Hugo, 1921, *Vorlesungen über Wirkung und Anwendung der deutschen Arzneipflanzen*, Leipzig, s. 91.
 - 11 Marzell, Heinrich, 1935, *Neues illustr. Kräuterbuch*, Reutlingen, s. 86, 101, 335, 358.
 - 12 Kroeber, Ludw., 1948, *Das neuzeitliche Kräuterbuch* 1, Stuttgart, s. 90; som hårvand sælges i Tyskland et 5 % dekokt af herba urticae: Woelke, Arthur H., 1950, *Die Arzneidrogen*, Stuttgart, s. 64.
 - 13 Meddelt 1948 af fru Kirstine Andersen på Fyn.
 - 14 Reichborn-Kjennerud, I., 1922, *Våre folkemedisinske lægeurter*, Christiania, s. 48 (Levanger).
 - 15 Tillhagen, Carl-Herman, 1962, *Folklig lækekunst*, Stockholm, s. 266 (Uppland).
 - 16 Et tysk kemisk-farm. laboratorium, der fremstiller "Astrologiskspagyriske" præparater, averterer med "Ægte brændenælde-spiritus, velkendt naturligt hårvækstmiddel, anbefalet af berømte fagfolk".
 - 17 Andel [note 9].
 - 18 Matscher, Hans, ca. 1955, *Volksmedizin*, Brixen, s. 68 (Sydtyrol); Hovorka, O. V. & Kronfeld, A., 1909, *Vergleichende Volksmedizin* 2, Stuttgart, s. 763 (Steiermark).
 - 19 *Jahresbericht der Geografisch-ethnographischen Gesellschaft in Zürich*, 1908–09, s. 95 (m. magi); *dass der Nesselsaft ... gegen Haaraufall verwendet wird, ist altbekannt: Schweiz. Archiv für Volkskunde* 30, 1930, s. 64.
 - 20 Hovorka & Kronfeld [note 19], s. 763 (finsnitte rødder kogt i vand); piger vasker håret med afkog af nælde for at få det til at gro langt: Hovorka & Kronfeld [note 19] 1, 1908, s. 90.
 - 21 *Hälsa*, 1958, nr. 2, s. 34.
 - 22 Ifg. Hewe, Nils, 1939, *Välsignade växter*, Stockholm, s. 100, sml. Lammert [note 1].
 - 23 E. Rostrups notater ca. 1865–85.
 - 24 Reichborn-Kjennerud, I., 1940, *Vår gamle trolldomsmedisin* 3, Oslo, s. 70.
 - 25 Hovorka & Kronfeld [note 19], s. 763.
 - 26 *Jahresbericht* [note 20].
 - 27 *Historische* [note 5], 4, 1894, s. 204.
 - 28 Müller-Dietz, H. & Rintelen, Kurt, 1960, *Arzneipflanzen in d. Sowjetunion* 1, Berlin, s. 79 (m. litt.henvisn.).
 - 29 *Proceedings of the Pennsylvania German Soc.* 45, 1935, s. 101.
 - 30 Harpestræng, Henrik, 1908–20, *Gamle danske urtebøger, stenbøger og kogeboøger*, København, s. 22f., 116f., 254f.
 - 31 Hansen, H. P., 1942, *Kloge Folk* 1, København, s. 40f.
 - 32 *Sønderjydske Månedsskrift* 28, 1952, s. 15.
 - 33 Egen optegn. 1944, 1948.
 - 34 *Social-Demokraten*, 24/2 1953, s. 3.
 - 35 *Jyllands-Posten*, 16/5 1952.
 - 36 *Wissenschaftl. Mitteil. aus Bosnien u. d. Hercegowina* 2, 1894, s. 431; Lucas, Castillo de, 1958, *Folkmedicina*, Madrid, s. 214.
 - 37 *Ny Pharm. Tid.* 5, 1875, s. 314 (Grækenland).
 - 38 *Bull. Hist. Medd.* 22, 1928, s. 443 (ægæiske øer).
 - 39 Nadkarni, K. M., 1954, *Indian materia medica* 1, Bombay, s. 6f., 74, 471, 608, 631, 833, 838, 1235; 2, s. 297.
 - 40 *Festschrift an P. W. Schmidt*, 1928, Wien, s. 509, jf. s. 511: dekokt af epifyt.
 - 41 *Qualitas plantarum et materiae vegetabiles* 9, 1962, s. 109.
 - 42 Gunther, Erna, 1945, *Ethnobotany of Western Washington*, Seattle, s. 14, 31, 46, 48.
 - 43 *Fyns Tidende*, 4/11 1935.

- 44 Hovorka & Kronfeld [note 19], s. 761–63.
- 45 Saggese, Domingo, 1959, *Yerbas medicinales Argentinas*, Rosario, s. 9f., 70, 81, 121f.
- 46 Martinez, Max., 1959, *Plantas medicinales de Mexico*, Botas, s. 132f., 281, 389, 391, 395, 453.
- 47 Browne, Ray B., 1958, *Popular Beliefs and Practices from Alabama*, Berkeley, s. 126f.
- 48 *Economic Botany* 15, 1961, s. 2; Brooker, S. G. & Cooper, R. C., 1960, *Medicinal plants of New Zealand*, Auckland, s. 15.
- 49 *Bulletin* [note 2], s. 135, 190, 199, 215.
- 50 Train, Percy, Henrichs, James R. & Archer, W. Andrew, 1957, *Medicinal uses of plants by Indian tribes of Nevada*, Beltsville, s. 49f., 90.
- 51 Githens, Thomas S., 1948–49, *Drug plants of Africa*, Philadelphia, s. 93.
- 52 *Webbia*, 12/2 1957, s. 580.
- 53 Tang Kristensen, E., 1922, *Gamla Råd for Sygdomme hos Mennesket*, Viborg, s. 146.
- 54 Jónas Jónasson's optegn. om islandske folke-minder, Dansk Folkemindesamling, nr. 2234.
- 55 *Welt am Sonntag*, 18/4 1968.
- 56 *Den almennyttige Samler* 4.2, 1807, s. 485.
- 57 Steen, Adolf, 1961, *Samenes folkemedisin*, Oslo, s. 14, 16 jf. Qvigstad, J., 1932, *Lappische Heilkunde*, Oslo, s. 170.
- 58 Hveding, Johan, 1935, *Folketru og folkeliv på Hälugaland*, Oslo, s. 36.
- 59 *Planta medica* 9, 1961, s. 166f.
- 60 Pennington, Campbell W., 1963, *The Tarahumar of Mexico*, Salt Lake City, s. 193.
- 61 Hansen [note 32], s. 41, sml. Boers [note 8], 130 (hest).
- 62 Boers [note 8], s. 129.
- 63 Flatin, Tov, 1928, *Gamalt fraa Numedal* 6, Oslo, s. 8.
- 64 Font Quer, P., 1962, *Plantas medicinales*, Barcelona, s. 275, 421.
- 65 Matscher [note 19], s. 105.
- 66 Jacobs, Marion Lee & Burlage, Henry M., 1958, *Index of Plants of North Carolina with reputed medicinal uses*, Texas, s. 148.
- 67 Fossel, Viktor, 1886, *Volkmedizin u. medizin. Aberglaube in Steiermark*, Graz, s. 142.
- 68 Kristensen [note 54]; Hansen [note 32].
- 69 *Wissensch.* [note 37], s. 445, 494.
- 70 Dawson, Warren R., 1929, *Studies in Medical History (Ægyptus)*, Milano, s. 53.
- 71 Dansk Folkemindesamling, 1906/23: 1153.
- 72 *Ugemagasinet*, 1954, nr. 14.
- 73 Strøm, Hans, 1762, *Beskrivelse over Fogderiet Søndmør* 1, Sorøe, s. 119 – kaldes **hårvokst**.
- 74 Rasmussen, R. K., 1959, *Gomul forøysk himarad*, Tórshavn, s. 103.
- 75 *The Frank C. Brown Collection of North Carolina Folklore* 6, 1961, Durham, s. 33, 206.
- 76 Vestal, Paul A. & Schultes, Rich. E., 1939, *The economic botany of the Kiowa Indians*, Cambridge, s. 19.
- 77 Wyman, Leland C. & Harris, Stuart K., 1941, *Navajo Indian medical ethnobotany*, Albuquerque, s. 53.
- 78 Mosig, Alfred & Schramm, Gottfr., 1955, *Der Arzneipflanzen- und Drogenschatz Chinas*, Berlin, s. 56.
- 79 *Brown Coll.* [note 76], s. 204; Browne [note 48], s. 127; Randolph, Vance, 1947, *Ozark Superstitions*, New York, 3. s. 164.
- 80 Romero, John Bruno, 1954, *The botanical lore of the California Indians*, New York, s. 13, 37.
- 81 *Hör zu*, 1959, nr. 17.
- 82 *Deutsche Apotheker-Zeitung* 98, 1958, s. 1124; Labenaka, Horst, 1959, i *Kristall*, nr. 14.
- 83 *Die Pharmazie* 19, 1964, s. 169, 172, 175, 179, 183 – m. litteraturhenvisninger.