

Troska o włosy w świetle wybranych średniowiecznych traktatów medycznych

Karolina Lisowska

Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Instytut Historii

Jan Kochanowski University of Kielce, Institute of History

ul. Uniwersytecka 17, 25-406 Kielce, Polska

Email: karolina.lisowska.com@wp.pl

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6623-2929>

Zainteresowania badawcze: kultura duchowa Słowian, medycyna średniowieczna, postać diabła w wierzeniach ludu polskiego, procesy o czary na terenie Rzeczypospolitej od XVI do XVIII wieku

Research interests: the spiritual culture of the Slavs, medieval medicine, the figure of the devil in the beliefs of the Polish people, witchcraft trials in the Republic of Poland from the 16th to the 18th century

Streszczenie. W wiekach średnich włosy były elementem dużego zainteresowania kobiet i mężczyzn. Podawane codziennym zabiegom i zajęciom odgrywały ważną rolę w życiu każdego człowieka. W traktach medycznych, kompendiach i poradnikach od XII do XIV wieku były przedmiotem rozważań teoretycznych oraz praktycznych porad. Ich kolor, długość, kształt, a także wypadanie lub nadmierny porost były, zgodnie z obowiązującą teorią humoralną, drobiazgowo analizowane i wyjaśniane. Zwrócono uwagę na kwestię dotyczącą farbowania włosów wraz z przedstawieniem możliwości zmiany koloru. Szczególnie wiele miejsca poświęcono łysieniu i siwiznie, podając praktyczne porady i proste bądź bardziej złożone receptury zapobiegające tym procesom. Podstawę źródłową niniejszego opracowania stanowią dzieła Św. Hildegardy z Bingen, papieża Jana XXI, Wincentego z Beauvais, Taddeo Alderotti oraz Bernarda de Gordona. W traktatach tych została zaznaczona problematyka włosów, które w okresie średniowiecza odrywały znaczącą rolę w życiu zarówno kobiet, jak i mężczyzn.

Słowa kluczowe: włosy; higiena; pielęgnacja włosów; średniowiecze; kultura.

Hair Care in the Light of Selected Medieval Medical Treatises

Abstract. In the Middle Ages, hair was an element of great interest to men and women. Subject to daily treatments and activities, they played an important role in everyone's life. In medical treatises, compendia and handbooks from the 12th to the 14th century were the subjects of theoretical considerations and practical advice. According to the prevailing humoral theory, their colour, length, shape, and loss or excessive growth were meticulously analysed and explained. Attention was drawn to the issue of hair dyeing and the possibility of changing the colour. Particular attention was paid to baldness and greying, giving practical advice and simple or more complex recipes to prevent these processes. The source base is the works of St. Hildegard of Bingen, pope John XXI, Vincent of Beauvais, Taddeo Alderotti and Bernard de Gordon. In these sawmills, the issue of hair was highlighted, which in the Middle Ages played a significant role in the lives of both women and men.

Keywords: hair; hygiene; hair care; middle ages, culture.

Submitted 6 January 2023 / Accepted 2 March 2023

Iteikta 2023 01 06 / Priimta 2023 03 02

Copyright © 2023 Karolina Lisowska. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License CC BY 4.0, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original author and source are credited.

Wstęp

Włosy od tysięcy lat były niezwykle ważne w wielu cywilizacjach i kulturach. Traktowano je jako oznakę piękna, vitalności, zdrowia, siły oraz płodności. Były łączone nie tylko ze sferą magiczną i obrzędową, ale także ze statusem społecznym, modą, ozdobami oraz zdrowiem i higieną (Tarlo, 2016; Banek, 2010; Banek, 2004, s. 105–120; Tomicki, 1987, s. 169–176; Targońska, 1998, s. 157–176; Figiel, 2017, s. 125–137). W XX wieku antropologiczne badania nad znaczeniem i wykorzystaniem włosów w licznych rytuałach skupiały się wokół praktyk religijnych, zachowań popularnych, zwyczajów małżeńskich oraz obrzędów przejścia (Frazer 1996, s. 200–203; Berg, 1951; Leach, 1958, s. 147–164; Hallpike, 1969, s. 256–264; Gennep, 2006). Społeczne, duchowe i kulturowe znaczenie tej części ciała ludzkiego od starożytności do czasów współczesnych prezentuje sześciotomowa seria *A Cultural History of Hair* (Biddle-Perry, 2019).

Zainteresowanie mediewistów tą problematyką koncentruje się wokół postrzegania włosów w piśmiennictwie średniowiecznym, sztukach plastycznych oraz odkrywanych przez archeologów prywatnych artefaktach. Występowanie na licznych stanowiskach archeologicznych różnego typu grzebieni, nożyczek, mosiężnych miseczek, osełek wskazuje, iż używano ich powszechnie do pielęgnacji włosów we wszystkich środowiskach i warstwach społecznych. Były cenionymi przedmiotami, co świadczy o dużym przywiązaniu do układania fryzur i czystości głowy. Analiza rozmaitych kategorii źródeł ukazuje bogactwo, a także wiele możliwości symbolicznego pojmowania włosów, które były nośnikiem ważnych informacji o charakterze społecznym. Średniowieczne fryzury i nakrycia głowy określały podstawowe elementy religijnego i rytualnego podejścia do włosów, kształtowały tożsamość i relacje międzyludzkie (Sand, 2019, s. 19–20).

Włosy w kulturze

Chrześcijańskie rozumienie znaczenia włosów wywodziło się z Biblii. Św. Paweł pytał: *Czy wypada, aby kobieta z odkrytą głową modliła się do Boga? Czyż sama natura nie poucza nas, że hańbą jest dla mężczyzny nosić długie włosy, podczas, gdy dla kobiety jest to właśnie chwałą? Włosy bowiem zostały jej dane za okrycie* (1Kor 11,13-14). Ganił także przesadnie zaplatane włosy, ozdobione złotem lub perłami (1 Tym 2,9), nakazując kobietom poddaństwo wobec męża, cichość i pobożność. Św. Piotr nawiązując do nauki św. Pawła, pouczał, iż ozdobą kobiety nie jest uczesanie ani bogactwo, ale wnętrze serca, spokój i łagodność ducha (1 P 3,3). Zabiegów kosmetycznych i fryzjerskich nie pochwalał Tertulian (zm.240), który makijaż i farbowanie włosów przez kobiety uważał za działania szatana, kuszące mężczyzn i wywołujące u nich zmysłowe żądze. Te praktyki uznawał także za zagrożenie dla zdrowia kobiety, poprzez szkodliwe działanie na skórę głowy i niebezpieczne dla mózgu (Wójtowicz, 2004, s. 140–142). Pokazywanie włosów było dozwolone dzieciom i młodzieńcom, zaś ich zasłanianie pod różnymi nakryciami obowiązywało zamężne kobiety.

W przypadku mężczyzn broda i włosy na ciele były oznaką nie tylko dorosłości i mędrości, ale także silnym symbolem męskości. Społeczeństwo anglosaskie przywiązywało

dużą wagę do brody jako atrybutu honoru i dumy męskiej. Ta charakterystyczna cecha ciała była swoistym środkiem przekazu cnót, bowiem chwywanie lub trzymanie brody rozumiano jako świadectwo uczciwości (Hopwood Griffiths, 2019, s. 38–42). Natomiast na ziemiach polskich we wczesnym średniowieczu brody nosiły niższe warstwy społeczne, a możnowładcy, rycerze i duchowni golili zarost. Brodę na znak pokory zapuścił książę Henryk Brodaty (*cum barba*), ale „nie długą, lecz przystojnie ułożoną umiarkowanym przycinaniem włosów” (Trawkowski, 1985, s. 65).

Włosy w wybranych traktatach medycznych

Włosy, przede wszystkim te rosnące na głowie, były obiektem troski nie tylko laików, ale także lekarzy, chirurgów, balwierzy i uzdrowicieli. Z wielu średniowiecznych traktatów wynika, iż przyjmowano, że włosy pełnią funkcję ozdobną i ochronną. Włosy na głowie upiększały twarz, a równocześnie chroniły przed zimmem, ciepłem, wilgocią i suchością.

Z teoretycznego i praktycznego punktu widzenia włosy były więc związane ze zdrowiem lub chorobą. Z tego powodu celem moich dalszych rozważań będzie analiza fragmentów odnoszących się do troski przejawiającej się w higienie i pielęgnacji włosów w wybranych, powstałych w XII, XIII i XIV wieku traktatach medycznych. Zaprezentowane kwestie nie wyczerpują całej bogatej problematyki, ale stanowią inspirację, do szerszych badań, bowiem tematyka ta jest słabo rozpoznana w polskiej historiografii odnoszącej się do średniowiecza (Jurek, 2001, s. 635–651; Delimata, 2004, s. 104–109; Banaszkiwicz, 1986, s. 142–143).

Średniowieczni intelektualiści kultywowali przede wszystkim klasyczne koncepcje medyczne, akceptując starożytną naukę o czterech temperamentach i teorię humorálną Hipokratesa, rozbudowaną następnie przez Galena. Punktem wyjścia było przeświadczenie, że materię tworzą cztery tzw. elementy: powietrze, woda, ziemia i ogień, które z kolei są efektem kombinacji czterech tzw. jakości: ciepła i zimna, suchości i wilgoci. Te cztery elementy przekształcały się w organizmie człowieka w tkanki i cztery płyny ustrojowe tzw. humory (krew, żółć żółta, żółć czarna, flegma) o odpowiedniej jakości. Ciepło i zimność, wilgotność i suchość, mieszając się ze sobą, określały zdrowie i chorobę każdej istoty żywej, były również odpowiedzialne za jej urodzenie, wzrost i proces starzenia się. Według Hipokratesa każda istota żywa w dniu swych narodzin otrzymywała największą porcję ciepła i wilgoci, a w ostatnim dniu życia miała ich najmniej (Wojciechowska, 2014, s. 147). W średniowieczu te koncepcje anatomii i fizjologii organizmu ludzkiego prowadziły do tworzenia nowych komentarzy, not, streszczeń, kompilacji odpowiadających ówczesnym potrzebom społecznym i dydaktycznym. Autorzy średniowiecznych traktatów medycznych uważali, że określone wyziewy humorów wydostają się z ciała przez pory w skórze, a później łączą się, tworząc pojedyncze włoski, wyrastające ze skóry. Tam gdzie było dużo porów, włosy rosły intensywniej. Istniało również przekonanie, że najważniejsza dla wzrostu włosów jest temperatura. Ze względu na naturalny proces unoszenia się ciepłego powietrza na czubku głowy wyrastały najbardziej gęste i bujne loki.

Według teorii humoralnej mężczyźni mieli ciała bardziej gorące niż kobiety, a zatem byli bardziej owłosieni. Ciepło i związane z nim owłosienie uważano za podstawowy wyraz odmienności płciowej. Męskie temperamynty uważano za znacznie gorętsze i bardziej suche niż kobiece. Ciepło w połączeniu z suchością pozwalało męskiemu organizmowi na wytwarzanie zbędnego owłosienia w wielu miejscach. Na klatce piersiowej i w okolicach narządów płciowych włosy rosły ze względu na bliskość źródeł ciepła, takich jak serce czy jądra. Z drugiej strony wyższa temperatura prowadziła do wysuszenia porów i wypadania włosów. Bardziej wilgotne temperamynty kobiet przyczyniały się do wzrostu dłuższych i gęściejszych włosów na głowie (Cadden, 1993, s. 170–183).

Benedyktynka i mistyczka Hildegarda z Bingen (1098–1179) w swoim dziele *O przyczynach i leczeniu chorób* (*Causae et curae*) pisała, że *mężczyzna ma brodę i więcej włosów na ciele niż kobieta, ponieważ jest uformowany z ziemi, odznacza się większą siłą i ciepłem oraz więcej się wszędzie porusza niż kobieta. <...> Kobieta nie ma brody, bowiem jest uformowana z ciała mężczyzny i jemu podległa* (Św. Hildegarda z Bingen, 2014a, s. 76–77). Włosy na głowie rosną dzięki wilgotności mózgu (Św. Hildegarda z Bingen 2014a, s. 88). Brak włosów na głowie łączyła z silnym żarem, ale wilgotność oddechu tysego mężczyzny wpływała na bujny zarost brody. Hildegarda przekonywała, iż człowiek, który ma słabe owłosienie na brodzie, – ale obfite na głowie – jest zimny i bezpłodny. Uważała, że wypadających włosów z głowy nie można przywrócić za pomocą żadnego leczniczego środka. Taki stan wiązała z pozbawieniem skóry głowy wilgotności i witalności. Zwracała uwagę na prawidłowość polegającą na tym, że *broda tych, których łysina jest duża i szeroka, również staje się duża i szeroka, zaś tym, którzy mają delikatny i mizerny zarost, rośnie tym większy nadmiar włosów na głowie* (Św. Hildegarda z Bingen, 2014a, s. 145).

W traktacie *Physica* Hildegarda z Bingen zawarła rady odnoszące się do postępowania przy wypadaniu włosów. Sugerowała, aby w sytuacji zbyt wczesnego łysienia nacierać głowę, a zwłaszcza miejsca wypadających włosów, mieszanką sporządzoną z tłuszczu niedźwiedzia oraz popiołu ze słomy pszennej lub żytniej. Wcierka ta nie tylko hamowała wypadanie, ale także wzmacniała i nawilżała pozostałe owłosienie. Ciepło niedźwiedziego tłuszczu miało wspomagać wzrost włosów, zaś popiół wzmacniał je i zapobiegał łysieniu (Św. Hildegarda z Bingen 2014b, s. 502). Do wzrostu ładnych włosów przyczyniał się także ług sporządzony z popiołu kory i liści drzewa śliwowego (Św. Hildegarda z Bingen 2014b, s. 264). W przypadku pojawienia się zbędnego owłosienia radziła udusić dżdżownicę w jęczmiennym dymie w glinianym naczyniu i posmarować ciało w odpowiednich miejscach. Później należało przyrzędzić z tartej bułki i wody rzadką ciecz, którą za pomocą pióra rozprowadzano na ciele i uduszonych dżdżownicach. Wskazywano, aby tę czynność często powtarzać, aż do wyjałowienia i wyschnięcia ciała (Św. Hildegarda z Bingen, 2014b, s. 573).

W XIII-wiecznym traktacie *Kompendium medycyny naturalnej* autorstwa Jana XXI (ok. 1220–1277) przeciw wyrastaniu włosów polecano popiół z łądgy kapusty z octem w postaci plastra, przykładanie mączki z łubinu czy miksturę z laudanum, żywicy bluszczu, auripigmentum, jaj mrówczych i octu (papież Jan XXI, 2004, s. 12). Natomiast na

porost włosów zalecano obmywanie głowy wywarami z liści i kory dębu lub hibiskusa, ewentualnie kory wiązu bądź ostro mlecznika z olejem (papież Jan XXI, 2004, s. 11–12).

Uczony i dominikanin Wincenty z Beauvais (1194–1264) w pierwszej części monumentalnego dzieła o charakterze encyklopedycznym *Speculum maius* stwierdzał:

brak włosów występuje z powodu zmiany wieku i jest nieodwracalny. U człowieka łysina zdarza się z powodu zmniejszenia się ciepłej i soczystej wilgoci. Włosy stają się rzadsze tam, gdzie ciepło przekracza normę i wypadają z powodu wstrzymywania się od jedzenia, lub z powodu zakażenia się wilgoci, tak jak u trędowatych. Te zjawiska występują często u mężczyzn, lecz nigdy u kobiet, urodzonych impotentów i u osób, które nie rozpoczęły współżycia płciowego, a to powodu oziębłości natury (Vincentius Bellovacensis, 1964–1965, s. 2362–2363; Wojciechowska, 2015, s. 41).

Uważał, że:

włosy niszczą się i wypadają albo z powodu materii, albo z powodu okoliczności w jakich powstają. Spowodowane jest to zużywaniem się natury. Do środków leczniczych zachowujących włosy w niezmiennym stanie zaliczał te, które zawierają delikatne ciepło i stytycyne, takie jak: nasiona mirtu, balsamowca i żółci. Siwiznę zaś opóźniać miało wydalanie cieczy śluzowej, stosowanie olejów wzmacniających oraz zażywanie odpowiednich środków. W dywagacjach na ten temat Wincenty korzystał z ustaleń poczynionych przez Arystotelesa. Stwierdzał, iż siwienie w okresie starości jest sprawą indywidualną, charakterystyczną dla ludzi, Siwizna może pojawiać się również w wyniku choroby, czego objawem były nie tylko siwe włosy, lecz także biała skóra. Kiedy człowiek wracał do zdrowia wówczas siwe włosy wypadały i odrastały takie, jakie były wcześniej. Gdy zaś siwiały ze starości to nie bladła powłoka skóry. Siwizna naturalna występowała z powodu ograniczenia (niedostatku) ciepłoty, która uwalniała się z ciała i nadmiaru zimna (Wojciechowska, 2015, s. 40–41).

Siwe włosy powstawały z gorąca i pokarmu, który nie był trawiony z powodu ciepłego powietrza. Każdy bowiem proces gnilny tworzył się z ciepła-nie naturalnego lecz przypadkowego. Za przyczynę siwizny włosów uznawał właściwość gęstego powietrza z wyziewów ziemskich. Bowiem, jeśli wyziew zamarzał, to tworzył się lód i siwizna. Jeśli zaś gnił i psuł się, to występowało marszczenie. Z tego powodu także na ciele można było obserwować marszczenie i siwiznę. W chorobach siwizna wywołana była słabnięciem koloru z powodu wrzenia. Gdy wracało zdrowie, powracała sprawność i włosy ciemniały. Stąd według Wincentego taka słabość nazywana była starością przypadkową, a starość – słabością naturalną. Włosy skroni siwiały wcześniej, a później dopiero na pozostałej części głowy, która stawała się pusta z powodu wilgoci, ponieważ nie było w niej mózgu. W części przedgłowa z powodu dużej wilgotności procesy gnicia były powolne, a ponieważ w skroniach brakowało wilgoci, która wywoływałyby gnicie, włosy w tym miejscu siwiały szybciej niż w innych miejscach (Wojciechowska, 2015, s. 40).

Medyk, związany z uniwersytetem w Bolonii Taddeo Alderotti (1215–1295), wyodrębnił trzy najważniejsze cechy włosów: kolor, formę (kręcone lub proste) oraz czas

wystąpienia łysienia. Uważał, że ważna była tekstura (cienkie lub grube) oraz ich ilość (Taddeo Alderotti, 1522, fol.53ra). Kolory włosów – od bardzo jasnych, poprzez rude do czarnych wiązano z temperamentem mózgu. Ciemne włosy były charakterystyczne dla osób o gorącym lub suchym temperamencie, bowiem nadmiar ciepła wywoływał intensywne spalanie związane z ciemniejszymi oparami. Włosy, które rosły pod wpływem łagodnego ciepła lub zimnego i wilgotnego temperamentu, były w różnych odcieniach blond. Natomiast siwienie włosów na starość wiązano z gniciem humorów spowodowanym spadkiem lub brakiem ciepła. Nagłe pojawienie się siwizny łączono ze strachem lub smutkiem (Salmón, Cabré i Pairet, 2019, s. 98). Skręt włosów wyjaśniano właściwościami porów skóry, przez które wylaniały się opary, aby uformować włosy. Suchy temperament, oddziałując na skórę, kształtował poskręcane pory, które tworzyły z oparów kręcone formy. Wilgotny temperament wytwarzał szersze pory, a opary formowały proste włosy. Niektórzy uczeni przyjmowali wyjaśnienie Arystotelesa, który twierdził, że z powodu nadmiernego parowania wilgoci istniało napięcie pomiędzy ruchem oparów w górę i w dół, tworząc w ten sposób kręcone włosy (Salmón, Cabré i Pairet, 2019, s. 99–100).

Bernard de Gordon (ok. 1258–1320), wykładający na uniwersytecie w Montpellier, w traktacie *Lilium medicinae* zwracał uwagę na różne przypadłości włosów. Wiele miejsca poświęcił takim kwestiom, jak szorstkość (wysoka porowatość) oraz przedwczesne siwienie włosów. Udzielał także rad kosmetycznych odnoszących się do ich farbowania. Według Bernarda na szorstkość byli narażeni wszyscy, zarówno kobiety, jak i mężczyźni. Uważał, że był to pewien rodzaj zaburzenia, które powszechnie nosiło nazwę *frones* lub *ratatio*. Włosy wydawały się obcięte, były zniszczone, a przez to ich końcówki ulegały rozdwójeniu (Bernard de Gordon, 1542, f. 78; Demaitre, 1980; Demaitre, 2013). Włosy tego typu występowały u osób starszych oraz chorych i były określane jako twarde i ziemiste (Longosz, 2011, s. 207). Przyczyną takiego stanu był brak higieny i pielęgnacji, która powodowała, że gorąca woda wywoływała wrażenie, że jedne włosy wydawały się krótsze, a inne – dłuższe. To wydobywająca się przez pory na głowie bardzo ciepła para powodowała spalanie włosa, przez co nie mógł dalej się wydłużać. Para rozszczepiała się i stawała się gęsta oraz lepka (Bernard de Gordon, 1542, f. 78). Oznaki tego schorzenia były łatwo zauważalne. Leczenie opierało się głównie na diecie, jaką powinny zastosować osoby z tą przypadłością. Polegała ona na uprzednim zjedzeniu małych i zimnych porcji pokarmu, a następnie spożyciu zimnego i wilgotnego posiłku, który zaostrzał apetyt.

Środkami przeciw szorstkości włosów były oleje różnego rodzaju. Wytwarzano je z roślin i były stosowane także w innych dolegliwościach takich, jak łysienie czy siwienie oraz jako środek koloryzujący włosy. Bernard de Gordon zalecał między innymi oliwę z oliwek, lilię wodną, turzycę, psyllium, wodę z jęczmienia oraz wodę z dyniowca. Aby można było zastosować wywar, należało najpierw umyć włosy oraz skórę głowy, a następnie całą noc trzymać na głowie cienką szmatkę nasączoną esencją. Następnie po całej nocy zalecano umyć włosy ciepłą wodą. Przedstawione zostały również przeciwwskazania co do stosowania tej metody, ponieważ szczególnie ostrożne miały być osoby cierpiące na reumatyzm (Bernard de Gordon, 1542, f. 78).

Wiele uwagi Bernard de Gordon poświęcił w swoim dziele siwieniu. Siwe włosy podzielone zostały na dwie kategorie – naturalne, pojawiające się w okresie starości, oraz występujące przedwcześnie. Za bezpośrednią przyczynę drugiej grupy uznawał flegmę, która psuła się wewnątrz ciała w wyniku gorącej wody. Medyk zaznaczał, że zbyt częste zakrywanie głowy mogło wywoływać przedwczesne siwienie, ponieważ para wodna nie była wydychana w naturalny sposób (Bernard de Gordon, 1542, f. 78). Siwe włosy występowały nie tylko u osób starszych, ale również u chorych, co przejawiało się bladością skóry. W przypadku starości siwizna tworzyła się poprzez niewystarczającą ilość ciepła oraz wysoką ilość zimna.

Autor zaznaczył również różnice między siwizną starczą a tą przedwczesną. Siwienie ze starości powodowało zmiany koloru na końcach, przez co włosy u nasady pozostawały ciemne. Natomiast siwienie młodociane rozpoznawano poprzez zmianę koloru przy nasadzie włosa (Bernard de Gordon, 1542, f. 78).

W leczeniu nienaturalnej siwizny Bernard zalecał między innymi dietę oraz nacieranie głowy konkretnymi specyfikami. Dieta miała być złożona ze składników, które nie wytwarzały flegmy. Do nacierania głowy proponował takie rośliny, jak aloes, anyż, cynamon czy liście absyntu (Bernard de Gordon, 1542, f. 78–79). W rozdziale dotyczącym siwienia włosów przekazał informacje na temat ich farbowania, które miało sprawić, że kobiety podobały się mężczyznom. Do składników, które zmieniały naturalny kolor, zaliczał między innymi połamane galasy smażone na oleju, zewnętrzną korę orzecha włoskiego, strąki fasoli, opilki żelaza, zieloną jaszczurkę, palone wapno, mydło saraceńskie oraz ocet (Bernard de Gordon, 1542, f. 79). Farbowanie polegało na zmieszaniu wymienionych wyżej składników z wodą deszczową lub z olejem orzechowym i nałożeniu takiej papki na włosy. Pasta z olejem orzechowym nadawała włosom czarny odcień (Bernard de Gordon, 1542, f. 79).

Do farbowania wykorzystywano również wina, czerwone dawało odcień rudości lub czerwieni, a białe powodowało żółknięcie włosów. Aby wybielić włosy, zalecano zrobienie ługu z popiołów z pni drzew i nałożenie na niego ałunu, a następnie kilkukrotne umycie głowy. Stosowano również okadzanie siarką, która miała wybielać. Stosowano także liście bukszpanu, turzycę, słomę jęczmienną i owsianą, łubin, sodę i mąkę z ciecierzycy (Bernard de Gordon, 1542, f. 79).

Podsumowanie

Wiele średniowiecznych kompendiów medycznych oferowało szeroką gamę zabiegów na włosy, w tym środki zapobiegające, opóźniające lub odwracające pojawienie się łysiny lub siwizny. Zalecano nakładanie różnego rodzaju maści lub stosowanie wodnych wyciągów z roślin w celu zapuszczenia, wydłużenia lub zagęszczenia włosów. Łysinę i siwiznę tłumaczono oddziaływaniem humorów, ale nie były uważane za problem zdrowotny. Do chorób zaliczano owrzodzenia skóry głowy, łuski, parchy, grzybice i robactwo, np. wszy. Oprócz środków oczyszczających i gipsu, który wysuszała, zalecano higienę osobistą, zmianę odzieży i kąpiele. Porady medyczne w celu zachowania zdrowia i zapobiegania

chorobom obejmowały mycie głowy przynajmniej raz na trzy tygodnie. Po umyciu i wysuszeniu włosy należało dokładnie rozczesać w celu otwarcia porów i wyeliminowania wznoszących się oparów. Czesanie włosów lekarze zalecali podejmować każdego ranka po śnie, aby oczyścić po nocy głowę ze wszystkich zbędnych rzeczy (Salmón, Cabré i Pairet, 2019, s. 101–102).

Jak można więc zauważyć, w wiekach średnich włosy wzbudzały zainteresowanie kobiet i mężczyzn. Poddawane codziennym zabiegom i zajęciom odgrywały ważną rolę w życiu każdego człowieka. W traktach medycznych, kompendiach i poradnikach były przedmiotem rozważań teoretycznych oraz praktycznych porad. Ich kolor, długość, kształt, a także wypadanie lub nadmierny porost były, zgodnie z obowiązującą teorią humoralną, drobiazgowo analizowane i wyjaśniane. Szczególnie wiele miejsca poświęcano łysieniu i siwiznie, podając praktyczne porady i proste bądź bardziej złożone receptury zapobiegające tym procesom.

Bibliografia

- Biddle-Perry, G. red., 2019. *A Cultural History of Hair*. Vol. 1–6. London: Bloomsburg Publishing.
- Banaszkiewicz, J., 1986. *Podanie o Piaście i Popielu. Studium porównawcze nad wczesnośredniowiecznymi tradycjami dynastycznymi [An Application about Piast and Popiel. A Comparative Study of Early Medieval Dynastic Traditions]*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo naukowe. [In Polish].
- Banek, K., 2010. *Opowieść o włosach. Zwyczaje – rytuały – symbolika [A Story about Hair: Customs – Rituals – Symbolism]*. Warszawa: Wydawnictwo Trio. [In Polish].
- Banek, K., 2004. Symbolika włosów. Aspekt dyferencjacji na zewnątrz i do wewnątrz [Hair Symbolism. Inward and Outward Differentiation Aspect]. *Nomos. Kwartalnik Religioznawczy [Nomos. Religious Studies Quarterly]*, 45/46, s. 105–120. Dostęp: <<https://www.readcube.com/articles/10.18778/1506-6541.23.08>> [Od 12.10.2022]. <http://dx.doi.org/10.18778/1506-6541.23.08>. [In Polish].
- Bernard de Gordon, 1542. *Lilium medicinae*. Paris.
- Berg, C., 1951. *The Unconscious Significance of Hair*. London: Allen & Unwin.
- Cadden, J., 1993. *Meanings of Sex Difference in the Middle Ages: Medicine, Science and Culture*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Delimata, M., 2004. *Dziecko w Polsce średniowiecznej [A child in medieval Poland]*. Poznań: Wydawnictwo Poznańskie. [In Polish].
- Demaitre, L. E., 1980. *Doctor Bernard de Gordon: Professor and Practitioner*. Toronto: Pontifical Institute of Medieval Studies.
- Demaitre, L. E., 2013. *Medieval Medicine. The Art of Healing from Head to Toe*. Santa Barbara–Denver: ABC-CLIO.
- Figiel, A., 2017. Symbolika włosów w polskiej kulturze ludowej [The Symbolism of Hair in Polish Folk Culture]. *Zeszyty Wiejskie [Rural Notebooks]*, 23, s. 125–137. <https://doi.org/10.18778/1506-6541.23.08>. [In Polish].
- Frazer, J. G., 1996. *Złota gałąź. Studia z magii i religii [The Golden Branch. Studies in Magic and Religion]*. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy. [In Polish].
- Gennep, A. van, 2006. *Obrzędy przejścia. Systematyczne studium ceremonii [The Rites of Passage. A systematic study of ceremonies]*. Przekł. B. Biały, Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy. [In Polish].
- Hallpike, C. R., 1969. Social Hair. *Man*, 4, 2, pp. 256–264.

Hopwood, G. H., 2019. Self and Society. In: *A Cultural History of Hair*. Vol. 2: *A Cultural History of Hair in the Middle Ages*. Ed. R. Milliken. Londyn: Bloomsburg Publishing, pp. 37–52.

Jurek, T., 2001. Fryzura narodowa średniowiecznych Polaków [National Hairstyle of Medieval Poles]. W: *Scriptura custos memoriae*. Red. D. Zydorek. Poznań: Instytut Historii UAM, s. 635–651. [In Polish].

Leach, E. R., 1958. Magical Hair. *Journal of the Royal Anthropological Institute of Great Britain and Ireland*, 88, 2, pp. 147–164.

Longosz, S., 2011. Medyczna troska o ludzi starych w starożytnym grecko-rzymskim świecie [Medical Care for the Elderly in the Ancient Greco-Roman World]. *Vox Patrum*, 31, 56, s. 199–230. [In Polish].

Papież Jan XXI, 2004. *Kompendium medycyny naturalnej [A Compendium of Natural Medicine]*. Kraków: Wydawnictwo M. [In Polish].

Salmón, F., Cabré i Pairet, M., 2019. Health and Hygiene: Hair in the Medical Traditions. In: *A Cultural History of Hair*. Vol. 2: *A Cultural History of Hair in the Middle Ages*. Ed. R. Milliken. London: Bloomsburg Publishing, pp. 91–106. <http://doi.org/10.5040/9781474232029.ch-006>.

Sand, A., 2019. Religion and Ritualized Belief 800–1500. In: *A Cultural History of Hair*. Vol. 2: *A Cultural History of Hair in the Middle Ages*. Ed. R. Milliken. London: Bloomsburg Publishing, pp. 1–242.

Św. Hildegarda z Bingen, 2014a. *O przyczynach i leczeniu chorób [About the Causes and Treatment of Diseases]*. Tłum. E. Panek. Legnica: Polskie Centrum Św. Hildegardy. [In Polish].

Św. Hildegarda z Bingen, 2014b. *Physica. Uzdrowiające dzieło stworzenia. Naturalna siła oddziaływania rzeczy [Physica. The Healing Work of Creation. The Natural Power of Things]*. Legnica: Polskie Centrum Św. Hildegardy. [In Polish].

Taddeo Alderotti, 1522. *Commentum in microtegni Galieni*. Naples.

Targońska, A., 1998. Symbolika włosów i manipulowanie włosami w kulturze ludowej [Hair Symbolism and Hair Manipulation in Folk Culture]. *Lud [Folk]*, 82, s. 157–176. [In Polish].

Tarlo, E., 2016. *Entanglement. The Secret Life of Hair*. London: Oneworld Publications.

Tomicki, R., 1987. Poza społeczeństwem – pobliżu boskości. Przyczynek do rozważań nad symboliką włosów [Outside Society – Close to Divinity. A Contribution to the Consideration of the Symbolism of Hair]. *Polska Sztuka Ludowa Konteksty [Polish Folk Art Contexts]*, 41, 1–4, s. 169–176. [In Polish].

Trawkowski, S., 1985. Ubiór i pielęgnacja ciała [Clothing and Body Care]. W: *Kultura Polski średniowiecznej w X–XIII [The Culture of Medieval Poland in the 10th–13th Centuries]*. Pod red. J. Dowiata. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, s. 67–86. [In Polish].

Vincentius Bellovacensis, 1624. *Speculum maius*. T. 1: *Speculum naturale*, “Bibliotheca mundi ... opera et studio Benedictinorum Collegii Vedastini in alma Academia Duacensi”. Douaci ex officinal Baltazaris Belleri (reprint Graz 1964–1965).

Wojciechowska, B., 2015. O starości i jej uciążliwościach w *Speculum naturale* Wincentego z Beauvais (ok. 1194–1264) [On Old Age and its Burdens in Wincenty’s of Beauvais (c. 1194–1264) *Speculum naturale*]. *Saeculum Christianum*, 22, s. 36–42. Dostęp: <https://bazhum.muzhp.pl/media/files/Saeculum_Christianum_pismo_historyczne/Saeculum_Christianum_pismo_historyczne-r2015-t22/Saeculum_Christianum_pismo_historyczne-r2015-t22-s36-42/Saeculum_Christianum_pismo_historyczne-r2015-t22-s36-42.pdf> [Od 12.10.2022]. [In Polish].

Wojciechowska, B., 2014. Porady dla kobiet ciężarnych i rodzących w wybranych przekazach od późnego antyku do wczesnej nowożytności [Advice for Pregnant and Childbirth Women in Selected Texts from Late Antiquity to Early Modernity]. *Medycyna Nowożytna. Studia nad Kulturą Medyczną [Modern Medicine. Medical Culture Studies]*, 20, 1, s. 147–156. Dostęp: <<https://medycynanowozytna.loccloud.pl/files/original/179b09f67dbefb02d71ae05389df0594.pdf>> [Od 12.10.2022]. [In Polish].

Wójtowicz, A., 2004. Reakcja Tertuliana na współczesną obyczajowość – kwestia stroju chrześcijańskich kobiet [Tertullian’s Reaction to Contemporary Customs – The Question of the Dress of Christian Women]. *Roczniki Humanistyczne [Humanities Annals]*, 52, 3, s. 131–149. Dostęp: <<https://ojs.tnku.pl/index.php/rh/article/view/4934/4831>> [Od 12.10.2022]. [In Polish].