

**„O ZGANIANIU ZMAZ Z LICA...” - PRZEJAWY MEDYCZYNY ESTETYCZNEJ
W OSIEMNASTOWIECZNYCH PORADNIKACH MEDYCZNYCH**

Weronika Kocela, weronikakocela@gmail.com
Uniwersytet Śląski w Katowicach
Ul. Bankowa 12, 40-007 Katowice



STRESZCZENIE

Gładka cera, lśniące włosy i zgrabna figura to marzenie nie tylko współczesnej kobiety. W XVIII w. płeć piękna również chciała jak najlepiej zadbać o swoją urodę. Zamiast wyprawy do salonów kosmetycznych panie miały do dyspozycji poradniki medyczne i zawarte w nich liczne wskazówki dotyczące tego, jak samodzielnie w domu przygotować różnego rodzaju medykamenty. Przeanalizowanie zaproponowanych w poradnikach medycznych przepisów pozwoli więc na odkrycie osiemnastowiecznej „medycyny estetycznej”.

Słowa kluczowe: poradniki medyczne, literatura użytkowa, kobieta w XVIII wieku, kultura medyczna, medycyna estetyczna

„About removal of blemishes from the face...” – expressions of aesthetic medicine in eighteenth – century medical handbooks

ABSTRACT

Smooth complexion, shining hair and a shapely figure it is a dream not only of modern woman. In the 18th century women also wanted to take care of their appearance. Instead of going to cosmetic salons, they could use medical guides and tips concerning preparation of different medicines: ointments, brews, tinctures which help keep the young and healthy look. Analysis of prescriptions from medical guides gives a glimpse of secrets of aesthetic medicine in the 18th century and shows how important a thing it was for every woman - irrespective of her social rank - to be attractive.

Key words: medical guides, usable literature, woman in 18th century, medical culture, aesthetic medicine

Gładka cera, lśniące włosy i zgrabna figura to marzenie nie tylko współczesnej kobiety. Budzić powszechny podziw swoim wyglądem równie mocno chciały panie w XVIII w. Tyle tylko, że zamiast wyprawy do salonów kosmetycznych, mogły skorzystać z przepisów zawartych w poradnikach medycznych. Tam bowiem oprócz opisu różnego rodzaju schorzeń, ich objawów i recept na zwalczające je lekarstwa, znajdował się bogaty zbiór wskazówek dotyczących tego, jak samodzielnie przygotować smarowidła, napary czy też nalewki, mające pomóc zachować zdrowy i młody wygląd.

Nie da się więc ukryć, że zakres tematyczny zagadnień poruszanych w osiemnastowiecznych poradnikach medycznych był bardzo szeroki. Nie tylko stanowiły one źródło wiedzy na temat spraw związanych z charakterystyką chorób i metod ich leczenia, ale stały się dla ówczesnych pań rodzajem przewodnika, mającego pomóc im w odkrywaniu sposobów na bycie piękną i atrakcyjną. Co więcej, wypada uznać je za praktyczną odpowiedź na potrzeby kobiet, o których (choć jeszcze po cichu) zaczęto mimo wszystko mówić w Europie właśnie w epoce oświecenia. Wiązało się to niewątpliwie z powolnym, ale jednak dostrzegalnym procesem wzrostu pozycji społecznej płci pięknej. Widać go było szczególnie wśród elit, gdzie coraz większą popularność zdobywały prowadzone przez kobiety salony artystyczne i literackie, urastające bardzo szybko do rangi centrów życia towarzyskiego. Zmieniała się również mentalność w postrzeganiu roli kobiety w społeczeństwie. Co prawda nadal jej głównym zadaniem pozostawało dbanie o dom i rodzinę, znacząco jednak, w porównaniu do poprzednich epok, zwiększał się dostęp do wykształcenia, przynajmniej na średnim poziomie. Ponadto zanikały funkcjonujące dotychczas absurdalne twierdzenia o rzekomej niższości budowy ciała kobiecego i złośliwości jej natury¹.

Kobiety w epoce oświecenia mają więc coraz większą świadomość tego, że mogą same kreować swój wizerunek, chcą się podobać i mają wpływ na własny wygląd. Kluczem do sukcesu staje się zgłębianie tajemnic samodzielnego poprawiania urody – podkreślania jej atutów, przede wszystkim zaś szybkiego i skutecznego pozbywania się jej najbardziej widocznych defektów. Prawdą jest bowiem fakt, że dyskusje nad samym pojęciem piękna, jego istotą i rodzajami wciąż

1 M. Bogucka, *Gorsza płeć*, Warszawa 2005, s. 143.

pozostają w kręgu zainteresowań najciekawszych umysłów epoki. Ogromną wagę przywiązywano do wyglądu zewnętrznego, wpływ na kreowane modele urody miały środowiska z jakich się wywodzono. Mieszkające na dworach magnackich i szlacheckich damy wzbudzały powszechny zachwyt smukłą sylwetką, jasną cerą, białymi i równymi zębami, wreszcie delikatnymi, drobnymi dłońmi. Za dużą wadę natomiast powszechnie uznawano piegi – oraz zbyt obfity meszek na twarzy². Zawarte w poradnikach medycznych przepisy były więc odpowiedzią na potrzebę podobania się i wzbudzania powszechnego zainteresowania sobą. Wypada zatem stwierdzić, że w XVIII w. możemy mówić o załączkach medycyny estetycznej. Poradniki poruszając bowiem tematykę związaną z poprawą wyglądu zewnętrznego – miały nie tylko podpowiedzieć jak uwydatnić jego najmocniejsze strony, ale w pierwszej kolejności pomóc w likwidacji bądź zatuszowaniu wszelkiego rodzaju niedoskonałości, które mogły negatywnie wpłynąć na tworzenie wizerunku konkretnej osoby.

Nie da się przecież ukryć ogromnego znaczenia jakie miała w oświeceniu sama czynność upiększania ciała, które odgrywało niezwykle ważną funkcję w kreowaniu własnego, indywidualnego wizerunku. Co więcej, uroda to w końcu sprzymierzeniec w budowaniu pozycji społecznej, szczególnie wśród najbogatszych. Fakt ten wyjaśnia Charles Monteskiusz w swoich *Listach Perskich*, zaznaczając, że: „rola ładnej kobiety jest o wiele poważniejsza niż ludzkie myślą. Nie sposób wyobrazić sobie coś bardziej serio, niż to, co się dzieje rano przy gotowni, gdy piękna pani zasiądzie przed lustrem w otoczeniu służby (...) Cóż za wyteżenia umysłu, ileż bacności trzeba, aby godzić pretensje dwóch rywali, coś za praca układać i stopniować przyjemności”³. W słowach filozofa pojawia się podziw dla sztuki upiększania ciała. Sztuki, która pomimo tego, że obyczajowość wykształciła charakterystyczny dla epoki typowy model urody męskiej, była jednak domeną płci pięknej. To kobiety bowiem w powszechnym przekonaniu miały budzić zachwyt i podziw swoją aparycją. Dlatego też poradniki medyczne zostały skierowane przede wszystkim do nich, jako osób odpowiedzialnych za leczenie, pielęgnowanie chorych, ale też gotowanie i sporządzanie najróżniejszych naparów, maści i napojów, mających pomóc cierpiącemu w przywróceniu zdrowia. Funkcja panny apteczkowej, czyli osoby zajmującej się w dawnych polskich domach spiżarnią, smażeniem konfitur, przygotowywaniem nalewek, lekarstw i zbieraniem ziół, pokazuje jak szeroki zakres zadań spoczywał na barkach ówczesnych kobiet, które dzięki odpowiednim wskazówkom i przepisom, mogły skutecznie rozprawić się z niejedną dolegliwością, przede wszystkim zaś pomóc w poprawieniu urody⁴.

Osiemnastowieczne poradniki medyczne należą zatem do dzieł, w których na pierwszym miejscu stawiane jest praktyczne wykorzystanie zawartych w nich wskazówek. Dlatego też, w przypadku recept dotyczących walki z mankamentami wyglądu zewnętrznego, na ich kartach oprócz nazwania problemu, od razu pojawia się obszerny przepis na odpowiedni środek bądź sposób zachowania, mający mu skutecznie zaradzić. Nie ma tu szukania przyczyny występowania danego zjawiska i przedstawiania jego objawów. Na pierwszy plan wysuwają się więc konkretne niedoskonałości urody, których niestety nie brakowało.

Otóż jedną z wad wyglądu, którą panie – chyba od zawsze – pragnęły skrzętnie ukryć, były zmarszczki. Gładka, młodo i świeżo wyglądająca cera stanowiła prawdziwy skarb. Efekt ten mogły uzyskać dzięki specjalnej: „wódce na odmładzanie lica baby starej, aby się zdawała we dwudziestu albo we dwudziestu pięciu latach”⁵. Aby ją przygotować należało w pierwszej kolejności w osmiu funtach wody gotować, aż do momentu jej wyparowania, dwie nogi cielęce. Następnie do otrzymanej substancji dodać ośrodek chleba, białka i skorupki z dziesięciu świeżych jaj, wszystko razem wymieszać, wypalić, na koniec zaś całość połączyć z kamforą. Smarowanie twarzy tak przygotowaną maścią – stosowaną w dowolnej ilości i z dowolną częstotliwością, dawało szansę na szybkie wygładzające i uelastyczniające skórę działanie⁶. Równie niebezpiecznym wrogiem kobiecej urody okazały się różnego rodzaju wypryski, krostki, wągry i guzki. Dotknięta tą dolegliwością przedstawicielka płci pięknej mogła liczyć na skuteczny wpływ specjalnego smarowidła, które wedle zapewnień autora poradnika medycznego pozwalała: „węgry czerwone z lica zgubić”⁷. Była to rozcieńczona w niewieścim mleku mieszanina mąki słonecznikowej, ciecioriki, soczewicy sporządzana w proporcjach zależnych od pożądanej ilości leku. Istotnym faktem w procesie eliminowania ospzczających krost było zmywanie po odczuwalnym szczypaniu skóry, nałożonej maści wódką⁸.

2 Z. Kuchowicz, *Staropolskie obyczaje*, Warszawa 1977, s. 214-215.

3 C. Monteskiusz, *Listy perskie*, Warszawa 1951, s. 97.

4 I. Arabas, *Apteczki domowe w polskich dworach szlacheckich. Studium z dziejów kultury zdrowotnej*, Warszawa 2006, s. 236.

5 A. Pedemontan, *Tajemnice wszystkim obojga płci nie tylko ku leczeniu rozmaitych chorób, począwszy od głowy aż do stóp bardzo potrzebne ale i gospodarzom [...] z łac. języka na polski przełożone i w porządek dobry teraz uprządzone, do których przydane są lekarstwa wyborne i doświadczone na rozmaite choroby i inszych rzeczy wiele*, Supraśl 1773, s. 56.

6 Tamże.

7 Tamże, s. 87.

8 Tamże.

Delikatność i gładkość cery nie zamykała jednak długiej listy cech charakterystycznych dla pożądanego osiemnastowiecznego modelu urody. Ważne miejsce zajmowała w nim wspomniana już biała skóra. Sprawdzoną metodą na: „niszczenie czarność z twarzy”, kojarzonej głównie z biednymi, opalonymi od pracy w polu chłopkami, stała się maść ze startych migdałów, nasion melona, rzeżuchy, grochu i palonych małży, rozpuszczonych w jęczmiennej wodzie z cukrem. Podobne rezultaty dawało także nacieranie skóry sokiem z brzoskwini⁹. „Ogorzelinę, piegi i wszelkie plamy” spędzał z twarzy również „likwor czyszczący” z octu winnego, soli i kamfory, którym dla pożądanego efektu należało: „nacierać twarz na noc zmoczywszy na chwilę chustę”¹⁰. Usilnie walczono ponadto z rumieńcem, który: „moda terazniejsza światowa obrzydliwa”¹¹ i na którego pozbycie się niezawodną metodą miała okazać się wódka z żabiego skręku niewypalana lub wódka sekretna, twarz jasną i białą sprawiąca, przygotowana „z kwiatów bzu i bobu, młodych gołębi, jedenastu łośów soku limoniowego, ośmiu łośów białej soli, sześciu łośów kamfory i kwaterki poziomek”¹².

Oczywiście nie sposób nie zwrócić uwagi na fakt, że niektóre składniki proponowanych medykamentów dostępne były wyłącznie dla reprezentantek zamożnych środowisk, chociażby z uwagi na ich wysoki koszt i fakt, że część z nich należało sprowadzić z zagranicy. Tym samym trudno nie pokusić się o stwierdzenie, że na poprawianie urody mogły pozwolić sobie mieszkanki szlacheckich i magnackich dworów. W zasadzie pielęgnacja ciała i szczególne dbanie o wygląd zewnętrzny urastały do rangi luksusu, drogiego przywileju, z którego mogli skorzystać tylko wybrani. Ci, którzy eksponowali jego zalety i potrafili uczynić z niego wielki atut – wyróżnić się spośród wielu i zaakcentować swoją wyjątkowość i odrębność. Georges Vigarello przybliżając historię urody w XVIII w. zauważa, że jest to czas, w którym jednostka może w większym stopniu afirmować siebie poprzez praktyki upiększające, a zmierzanie do powszechnego ideału przyjmuje osobisty charakter¹³.

Wygląd zewnętrzny był więc doskonałym sposobem na eksponowanie własnej osobowości, a nieustanne dążenie do ideału – wyrazem coraz większej świadomości swoich potrzeb. Bardzo dobrze bowiem zdawano sobie sprawę z jednej strony z niedoskonałości natury, z drugiej zaś z faktu, że w niektórych przypadkach rozwiązania, jakie proponowała ówczesna medycyna, nie do końca prowadziły do osiągnięcia w pełni zadowalających efektów. Próchnica, szkorbut czy zapalenie dziąseł powodujące braki w uzębieniu, uznawane były za ogromny mankament urody, którego niestety nie dało się poprawić. Dlatego też profilaktycznie na wszelkie możliwe sposoby starano się oczyścić je i wybielać. Niezawodny w pierwszym przypadku miał się okazać proszek ze startego, gaszonego trzykrotnie w winie pumeksu. Z kolei szczerbate zęby nie musiały spędzać snu z powiek paniom, które myły je wywarem – mieszkanką czystej wody i kwaśnej wódki¹⁴. Podkreślano też istotę regularności w całym procesie dbania o higienę jamy ustnej. „Liczni ludzie tego nieznośnego bólu sami są przyczyną, którzy zębów przynajmniej z rana czynić powinni niechędzą tłuczonym węglem albo chlebem palonym”¹⁵ – czytamy na kartach poradnika. Zapaleniu dziąseł i wypadaniu zębów zapobiegać miała natomiast maść z popiołów tytoniowego, jałowcowego i rozmarynowego miodu¹⁶.

Co ciekawe, dbające o swoją urody damy poddawały się również zabiegowi regulacji brwi. Po wyrwaniu zbędnych włosów, chcąc jak najdłużej utrzymać uzyskany efekt, zgodnie z zaleceniami zawartymi w poradnikach, powinny smarować je proszkiem ze startej spalonej lebiody. Depilacja z kolei możliwa była dzięki mieszaninie gotowanego z wapnem ługu drzewnego¹⁷. Mianowicie: „spędzanie włosów z miejsc, które kto gołe chciał mieć”¹⁸, odbywało się poprzez nanieśnięcie na nie owej miksury i pozostawieniu jej na skórze do momentu uczucia chociażby najdelikatniejszego szczypania. Gdy takie zjawisko zaobserwowano, należało natychmiast zmyć za pomocą wódki całą maść. Zalecano również, by przed

9 Tamże.

10 *Compendium medicum auctum to iest: krotkie zebranie i opisanie chorob ich różności, przyczyni, znakow, sposobow do leczenia także rożnych sposobow robienia Wodek, Oleykow, Julupow, Syrupow, Konfitur, Maści, Plastrów, &c, i rożnych osobliwych rzeczy, na siedem traktatow rozdzielone, i teraz przez tegoż Autora z errorow drukarskich wyczyszczone. Z przydatkiem osobliwych Chorob, tak Męskich, iako i Biągłotowskich, i Dzieciennych. Dla wiekszej wygody ludzkiej przedrukowane*, Częstochowa 1719, s. 635.

11 Tamże, s. 81-82.

12 Tamże.

13 G. Vigarello, *Historia urody*, Warszawa 2011, s. 94.

14 *Compendium medicum auctum...*, dz. cyt., Częstochowa 1719, s. 69.

15 S. Beimler, *Medyk domowy Samuela Beimlera Doktora Kurfalskiego y Gernersheimskiego Fizyka, Nauczający Domowemi y malo kosztującemi lekarstw, Leczyć Choroby, I owszem zdrowie zachowywać, wszystkim osobliwie tym potrzebny, którzy od Medyków są odlegli; a przedkiego ratunku potrzebujący, Zniemieckiego na Polski Język przetłumaczony, y rożnemi bardzo gruntownemi annotacyami objaśniony, przez Jana Jerzego Jelonka, Filozofii y Medycyny Doktora, J. W. Jego Mości Pana Graffia Sulkowoskiego Łowczego W. X. Litwoskiego Medyka Nadzwornego*, Leszno 1749, s. 256-257.

16 Tamże.

17 Rozczyn wody i popiołu drzewnego.

18 M., Pedemont, *Tajemnice uszyszkim obojga płci...*, dz. cyt., Supraśl 1773, s. 35-36.

użyciem przygotowanych z wapna maści posmarować wybrane partie skóry olejkami¹⁹. Natomiast zdecydowanie więcej czasu zabierało przygotowanie smarowidła, mającego za zadanie poprawić wygląd i jędrność piersi. Tak więc, aby: „obwisłe i zmarszczone piersi wygładzić”²⁰ należało sporządzić maść z gliny i białek z jajek, rozpuszczonych w ciepłym occie. Otrzymanym specyfikiem panie dla osiągnięcia pożądanego efektu musiały smarować piersi rano i zmywać dopiero następnego dnia. Zabieg ten miał przynosić widoczne rezultaty już po trzech dniach od momentu zastosowania preparatu²¹.

Siadając przed lustrem kobiety w XVIII w. przywiązywały dużą wagę także do fryzury. Jeśli któraś z nich stwierdzała, że nie jest zadowolona ze swego koloru włosów, mogła zgodnie ze wskazówkami zamieszczonymi w poradnikach medycznych, przebarbować je na blond bądź nadać im intensywną kruczoczarną barwę. Uzyskanie jasnego – dokładnie lekko złotego odcienia, gwarantowało nacieranie włosów miksturą z gotowanych w wodzie łupin ze świeżych orzechów włoskich i oleju miodowego lub farbą z szafranu, żółtek z jajek i oleju migdałowego. W brunetkę, chcącą ukryć pierwsze siwe włosy, można było się zmienić dzięki substancji składającej się ze spalonych, sproszkowanych glist lub liści czarnej figi, rozcińczonych w słodkich migdałach. Według innego przepisu należało z kolei: „wziąć zielonych jaszczurek, a obrznąć im ogony i głowy, warzyć je w oliwie, a tym włosy pomazywać”²².

Tak więc składniki, z których przygotowywano preparaty, mające poprawić urodę, poprzez ukrycie jej defektów, były także pochodzenia zwierzęcego. Bardzo często podstawę rozmaitych smarowideł stanowił tłuszcz zwierzęcy. „Aby włosy rosły gęsi smalec zmieszawszy z miodem, smaruj, nacierając wprzód miejsca, aż szcerwienieje”²³ – radzi autor poradnika medycznego. Fakt ten stanowi niewątpliwie dowód coraz większej znajomości właściwości elementów przyrody i ich praktycznego wykorzystania. Niezastąpione w pielęgnacji skóry i usuwaniu mankamentów urody stały się jednak rośliny. Oto bowiem pszenica „plamy i pstrociny na twarzy, rękach i gdziekolwiek będące spędza”²⁴, rzodkiew „piegi z mąką kąkolową umieszana spędza”²⁵, lilia zaś „twarz śliczną czyni”²⁶, wystarczy „wziąć korzenia suchego i miałko go utłuc, a potem różaną wódką rozpuścić i twarz tym na noc namazywać”²⁷.

Okazuje się zatem, że zapewnienie zdrowego wyglądu zewnętrznego, budzącego z jednej strony zachwyt i uznanie, z drugiej zaś będącego sposobem na eksponowanie swojej wyjątkowości, wiązało się z koniecznością posiadania rozległej wiedzy na temat skutków działania poszczególnych składników preparatów wykorzystywanych w praktykach upiększających. Medycyna w czasach oświecenia mozołnie, ale mimo wszystko nieustannie upomina się o specjalizację. Tendencja ta widoczna jest właśnie na kartach poradników, w których bardzo wyraźnie rozdziela kolejne grupy dolegliwości i łączy się zarówno z opisem charakterystycznych dla nich objawów, jak i ze sposobami ich zwalczania. Co więcej, obecność wśród nich defektów urody – postrzeganych jako niepożądane i uciążliwe, pokazuje, że traktowano je właśnie jako rodzaj schorzenia. Jego wyleczenie za pomocą przyrządzonych według odpowiedniego przepisu lekarstwa, miało nie tylko poprawić samopoczucie danej osoby, ale pozytywnie wpłynąć na jej postrzeganie przez społeczeństwo.

Trudno więc nie pokusić się o stwierdzenie, że mimo iż pojęcie medycyny estetycznej zostało zdefiniowane dopiero na początku XX w.²⁸, jej elementy są obecne właśnie w osiemnastowiecznych poradnikach medycznych. Zapisane na ich kartach wskazówki i przepisy stanowią dowód na to, że doskonale wiedziano jak ważny dla zachowania dobrego samopoczucia jest wygląd. Urodę bowiem zaczyna się postrzegać nie tylko jako „dar”, ale coś, co można uzyskać dzięki odpowiednio ukierunkowanym działaniom. Uroda – piękno ludzkiej twarzy, piękno ludzkiego ciała coraz mocniej zaczęły wiązać się z pojęciem zdrowia, a tym samym z leczeniem. Przekonanie, że mankamenty wyglądu zewnętrznego da się zlikwidować, łagodzić lub tuszować za pomocą najróżniejszych lekarstw, rodzi poczucie znacznie większej kontroli nad własnym ciałem, a wraz z nim wzrost oczekiwań wobec rozwijającej się medycyny.

19 Tamże, s. 35-36.

20 Tamże, s. 37.

21 Tamże.

22 Tamże, s. 39.

23 J. P. Biretowski, *Wiadomość ciekawa każdemu wielce pożyteczna o Skutkach y Mocy Zboż wszelkich, Jarzyn, y Zioł różnych tak Ogrodowych iako y Polnych, iakie skutki y pożytki przynoszą Człowiekowi y w różnych okolicznościach, osobliwie na poratowanie zdrowia służąca z poważnych autorow dla wygody ludzkiej krotko zebrana. Y z przydatkiem osobliwszyc ciekawosci w roznych drukarniach odległych za pozwoleniem zwierzchnosci swiezo swiatu okazana teraz na ządanie wielu zacnych osob przedrukowana*, Supraśl 1774, s. 32-33.

24 Tamże.

25 Tamże, s. 34.

26 Tamże, s. 35.

27 Tamże, s. 112.

28 A. Gałęba, *Ocena jakości życia pacjentów przed i po wybranych zabiegach z zakresu medycyny estetycznej*, Poznań 2011, s. 9.

Poradniki medyczne proponują szeroki wachlarz wskazówek, dotyczących tego jak przygotować specyfiki, zapewniające młody wygląd, a tym samym zyskać ogólną aprobatę i doskonale samopoczucie. Obecność w nich wspomnianych elementów pozwala zauważyć, że w XVIII w. pojęcie zdrowia rozumiane było bardzo szeroko. Rozpatrywano je bowiem, uwzględniając terminy związane z estetyką i jakością życia. Tak więc zdrowy człowiek to już nie tylko człowiek, którego nic nie boli. To przede wszystkim człowiek, który pragnie dobrze się czuć we własnym ciele, który widzi jego niedoskonałości, ale ma świadomość istnienia sposobów na ich zredukowanie, a tym samym na podniesienie własnej samooceny. Zdrowie zaczyna oznaczać pozostawanie w dobrej kondycji fizycznej, jak również nierozzerwalnie łączyć się z utrzymaniem pozytywnego nastroju i osiągnięciem zadowolenia, wynikającego z akceptacji swojego wyglądu.

BIBLIOGRAFIA

Teksty źródłowe

- [1] Beimler, S., *Medyk domowy Samuela Beimlera Doktora Kurfalskiego y Gemersheimskiego Fizyka, Nauczający Domowemi y mało kosztuiącemi lekarstw, Leczyć Choroby, I owszem zdrowie zachowywać, wszystkim osobliwie tym potrzebny, którzy od Medykow są odlegli; a prędkiego ratunku potrzebujący, Zniemieckiego na Polski Język przetłumaczony, y roznomi bardzo gruntowomemi annotacyami objaśniony, przez Jana Jerzego Jelonka, Filozofii y Medycyny Doktora, J. W. Jego Mości Pana Graffa Sulkovskiego Łowczego W. X. Liteuskiego Medyka Nadwornego, Leszno 1749.*
- [2] Biretowski, J. P., *Wiadomosc ciekawa kazdemu wielce pozyteczna o Skutkach y Mocy Zboż wszelkich, Jarzyn, y Zioł różnych tak Ogradowych iako y Polnych, iakie skutki y pożytki przynoszą Człowiekowi w różnych okolicznościach, osobliwie na poratowanie zdrowia służąca z potważnych autorow dla wyгоды ludzkiej krotko zebrana. Y z przydatkiem osobliwszyc ciekawosci w roznych drukarniach odległych za pozwoleniem zwierzchnosci swiezo swiatu okazana teraz na ządanie wielu zacnych osob przedrukowana, Supraśl 1774.*
- [3] *Compendium medicum auctum to iest: krotkie zebranie i opisanie chorob ich różności, przyczyn, znakow, sposobow do leczenia także roznych sposobow robienia Wodek, Olejkow, Julepow, Syrupow, Konfitur, Maści, Plastrów, &c, i roznych osobliwych rzeczy, na siedem traktatow rozdzielone, i teraz przez tegoż Autora z errorow drukarskich wyczyszczone. Z przydatkiem osobliwych Chorob, tak Męskich, iako i Białogłowskich, i Dziecimnych. Dla większey wyгоды ludzkiej przedrukowane, Częstochowa 1719.*
- [4] Pedemont, A., *Tajemnice wszystkim obojga płci nie tylko ku leczeniu rozmaitych chorób, począwszy od głowy aż do stóp bardzo potrzebne ale i gospodarzom [...] z łac. języka na polski przełożone i w porządek dobry teraz wyprawione, do których przydane są lekarstwa wyborne i doświadczone na rozmaite choroby i inszych rzeczy wiele, Supraśl 1773.*

Książki/czasopisma

- [5] Arabas, I., *Apteczki domowe w polskich dworach szlacheckich. Studium z dziejów kultury zdrowotnej*, Warszawa 2006.
- [6] Bogucka, M., *Gorsza pleć*, Warszawa 2005.
- [7] Gałęba, A., *Ocena jakości życia pacjentów przed i po wybranych zabiegach z zakresu medycyny estetycznej*, Poznań 2011.
- [8] Kuchowicz, Z., *Staropolskie obyczaje*, Warszawa 1977.
- [9] Monteskiusz C., *Listy perskie*, Warszawa 1951.
- [10] Vigarello, G., *Historia urody*, Warszawa 2011.