

635.

---

PORZĄDEK  
ŻYCIA.

---

4300  
2p3/163

# PORZĄDEK ŻYCIA.

W CZERSTWOSCI ZDROWIA  
W DŁUGIE PROWADZĄCY LATA.

przez

B. LUDWIKA PERZYNE  
ZAKONU BRACI MIŁOSIĘRDZIA.

Ze wszystkich dzieł P. TYSSOTA  
w jedno zebrany,

a teraz

PRZY TRZECIM WYDANIU PRZEYRZANY PO  
PRAWIONY I POWIĘSZONY.

---

*Si tibi deficiant medici, Medici tibi fiant  
Hac eria, Mens bilaris, requies moderata  
dieta. —*

---



W ŁOWICZU.

---

Roku 1799.

2 p. 3. / 163.

Zagadnionym będąc od Literatów, z którychbym dzieł P. TTSSOTA, tę ułożył książeczkę? gdyż czytającym jego dzieła, nigdzie tak spoionych w jego pismach, nieznaydują materyi.

Odpowiadam: że do żadnego z dzieł P. TTSSOTA, nieprzywiezywałem się, że tylko imienia jego użył szczególnie do tytułu tej książki, iako iuż w naszym Narodzie w akceptacyi będącego, a to na tym fundamencie: że, co raz jest prawdą, z przyrodzenia, i doświadczeniem potwierdzoną, to będzie prawdą do skończenia świata niewzruszoną, i niezawodną, a prawie taką, i niezawodną, a prawie taką, i niezawodną, a prawie taką, więc to, com ja napisał w tej książeczce, że jest prawdą z przyrodzenia i doświadczenia, potwierdza to Hypokrates, potwierdza Boerhawe, potwierdza Zimmermann, potwierdza P. TTSSOT, potwierdza to i innych wielu w tej nauce biegłych mężów, więc ktoremukolwiek z nich przyznałbym był tę

tę książeczkę, bynajmniejbym był nie chybił, gdyż wszystkich pomienionych meżow, zdanie jest toż samo, iednakowe, i takżeż.

A że niektórym zdało się książeczkę tę, iako bez imienia Autora wydaną, chlubnie przywłaszczać sobie, i do niey się przyznawać, przymusili mnie tym, z przyczyn mnie tylko wiadomych, iż com wprzod imienia moiego na czele try książeczki nie położył, teraz, przy trzecim tym wydaniu, przyrzaczasz, poprawiesz, i powiększysz one, uczynić musiałem.



# TREŚĆ

## MATERYI

w tey Książeczce zawartych.

---

## DZIAŁ I.

---

Porządek życia w zdrowiu,	karta	1.
Poznanie temperamentow	-	2.
Po-		

**Poczym poznać temperament krwi-**

- fty . . . . . 3.
- Flegmifty . . . . . *tamże.*
- Choleryczny . . . . . 4.
- Melancholiczny . . . . . 5.

**Porządek życia dla Krwistych . . . 14.**

- dla Flegmatyków . . . . . 15.
- dla Choleryków . . . . . 16.
- dla Melancholikow . . . . . 17.
- dla Literatów . . . . . 18.
- dla Pracowitych . . . . . 19.
- ludziom siedzeniem się ba-  
wiącym . . . . . 20.

Po-

**Porządek życia w młodocianym**

- wieku . . . . . 21.
- w średnim wieku . . . . . 22.
- w podeszłym wieku . . . . . *tamże.*
- dla Białeypłci . . . . . 24.
- dla Dzieci . . . . . 25.

**DZIAŁ II.**

**Pospolite sposoby utrzymania**

zdrowia . . . . . 37.

DZIAŁ

---

---

## DZIAŁ III.

---

---

Jak zapobiegać chorobom	-	53.
o Powietrzu	- - -	54.
o Jedzeniu i picciu	- - -	64.
o Agitacyi i spoczynku	- - -	72.
o Namietnościach	- - -	75.
Porządek życia w słabości lub		
chorobie	- - -	83.
— w przeciągłych chorobach		114.
— w zapalających chorobach		115.
— w Dysenteryi	- - -	118.
— o Przedłużeniu życia	- - -	121.

DZIAŁ

---

---

## DZIAŁ IV.

---

---

o Niektorych domowych lekar-		
stwach na rozmaite choroby		128.
Ziola	- - - -	129.
Korzenie	- - - -	<i>tamże.</i>
Kwiece	- - - -	<i>tamże.</i>
Jagody	- - - -	<i>tamże.</i>
Sol	- - - -	<i>tamże.</i>
Powidła	- - - -	<i>tamże.</i>
Spůsob używania i skutki	-	130.
Podbiał	- - - -	<i>tamże.</i>
Mięta	- - - -	<i>tamże.</i>

Krwa-


Krwawnik	tamże.
Ptaśza ruta	131.
Tysiączone ziele albo Centurya	132.
Piolum	tamże.
Prodrożnik	tamże.
Słaz włoski	tamże.
Jalapa	133.
Łopian	tamże.
Lukrecya	tamże.
Rumianek	134.
Bzowy kwiat	tamże.
Cierniowy kwiat	135.
Jałowcowe Jagody	tamże.
Sedlicka sol	136.

Sali-


Salitra	tamże.
Winny kamień	137.
Powidła Bzowe	138.
Ocet winny	139.
Przaśny miód	140.
Dryakiew	141.
Krople żołądkowe	142.
Lekarstwo na katar	tamże.
Na Febrę	tamże.
Na Biegunkę	143.
Na Dysfenteryę	144.
Na Fluxyie	145.
Na łamanie po kościach	tamże.
Na gorącość i gorączkę	147.

Na





Na kwas w żołądku - - 148.  
 Lekarstwo rozwalniające - - 149.  
 Na Laxans - - - tamże.  
 Na Womity - - - 151.  
 Na kaprawe Oczy - - 153.  
 Na czerwone i bilmem zasze  
     Oczy - - - tamże.  
 Na utrzymanie czystych i bystrych  
     Oczu - - - tamże.  
 Na zapalenie gardła - - tamże.  
 Na wrzód na piersiach - - tamże.  
 Na ztrętwienie członków - - 154.  
 Na wywinione członki - - tamże.  
 Na dziury w gardle - - tamże.  
 Na



Na głowy ból z wielkim gorącem tamże.  
 Na kaszel i ból w piersiach - 155.  
 Na gryzienie wnętrza i kolkę tamże.  
 Na gardziele czyli wole na szyi tamże.  
 Na Suchoty - - - 156.  
 Na spuchłe zawalki - - - tamże.  
 Na gnile Usta - - - tamże.  
 Na niedostateczny ból przy Po-  
     łogach - - - 157.  
 Na obrażony pęcherz w czasie Po-  
     łogu - - - tamże.  
 Na ból uszu i głuchotę - - tamże.  
 Na ból Krzyża - - - 158.  
 Na zepsute zdanie i niedogodność tamże.  
 Na

Na kolkę w boku.	159.
Na kamień.	tamże.
Na zatrzymany mocz.	tamże.
Na utrzymanie moczu.	160.
Na robaki.	tamże.
Na zanokcicę.	tamże.
Na zatwardzenie.	161.
Na wiatry i odęcie.	tamże.
Na świerzbień świeżey rany.	tamże.
Na ból Zębów.	tamże.
Na wstrzymanie Womitów.	162.
O czasie, mierze, i sposobie zażywania lekarstw.	tamże.

O UTRZY-



## O UTRZYMANIU CZERSTWEGO ZDROWIA DZIAŁ I.

*Porządek życia w Zdrowiu.*

**T**EN Porządek zamykać będzie w sobie wszystko to, co się tylko dyetą nazywać może, i co do utrzymania życia i zdrowia ludzkiego konieczne potrzebny bywa, to jest: Wybor powietrza, którym dychamy, Jadło, i picie, Sen i nieśpanie, spoczynek i poruszenie się czyli Agitacya, wyproźnienia wszelakie, a naostatek namiętności umysłu.

A

Nie tylko to choremu ścisły, irregularny porządek życia zachowywać należy, ale też niemniej zdrowemu, by niezachorował, i ztąd to na dwoie dzielić się będzie ten porządek życia, *wiejszy*, dla Chorych, *agi*, dla zdrowych, z których każdy podług swego Temperamentu sobie, tak co do wieku, płci, sił, iako też Stanu i Kondycyi, obrac może, przepis.

*Poznanie Utworow, czyli Temperamentow.*

**K**ażdy Człowiek ma swoy własny Temperament, czyli osobliwy udział rozmaitego pomieszania żywiołow, z których konstytucya czyli układ jego ciała złożonemi bywa, co właściwie rzekłszy; zawisło od mniejszey lub większey mocy i sprężystości suchych żył, iako też, od mniey lub więcej odpor czyniącey wilgoci, które to obydwie siły na przemiany przeciwko sobie walcząc, moc swoje wywierają, te zaś, że u każdego z ludzi odmiennemi bywają, sprawiają to, że różność Konstytucyi czyli temperamentow, u każdego z ludzi różną też bywa i dzielącą się na temperamenta, to jest: na gorące, zimne,

zimne, wilgotne, i suche, lecz te cztery własności że u nikogo z ludzi nie bywała samotnie, czyli pojedynczo, ale owszem zawdy z sobą pomieszano, tym sprawiają... że różnaitość konstytucyi i temperamentow z nich składająca się, różną także i różnaitą bywa.

*wiejszy* Temperament czyli utwor, jest gorący a wilgotny, czyli krwista konstytucya, ktorey poznaki: żywa na twarzy i przyjemna cera, ciało pełne, zład nie bez niewczalu swego wszelkie gorącą znoszące, ztąd i łatwość do wszelkich rozpalających Chorob wypływa: Ta konstytucya ma w sobie wiele dotkliwosci i uczucia, ztąd wszystko w niej tchnie, zmyslnością, ciało i dusza takowego jest wustawicznym poruszaniu i niepokoju, bywają wielomowni i nieśtali w każdej czynności, i zabawie, ktorych łatwo uwiesć i oszukać można; z każdym się pretko zaprzyjaźniający, ale z tą łatwością o przyjaźni zapominający, do każdego coś u patrzą, wszelkich ciężkich się rzeczy chronią, i dla tego, rzadko znacznie w iakowych bądź umiętnościach, postępują.

*agi*. Zimny a wilgotny, czyli Flegmista konstytucya, którą poznać po

miękkiey, a znacznie białawey skurze, ocieżałym ciele, wydanych oczach, ospałym wzroku, po skąpym i powolnym pulsie, leniwem chodzie, rozwlekley mowie, ci nayzdolnieyszemi bywają do ponoszenia niewygod wszelkich ciała, i krzywd od drugich, zdalnieyszemi do postufzeństwa niżeli do rządow, wzruszenie w całym ciele miewają małe i krotkie, a wnet do swey spokojności powracające.

zci. Gorący a Suchy, czyli Choleryczna konitytucya, ktora jest delikatną, iednakże nie tak strawioną i suchą jak w Melancholiku, skurę miewają białą lub trochy żółtawą, a często rusawemi włosy porośłą, oczy mierne, wzrok lśniący się przenikliwy, a często przerażający i nieco dzikawy, puls prętki, poruszenie ciała, w chodzie, mowie, i we wszystkich czynnościach szumiące i szypkie, żułci obfitość i to ostrey, zkad robaczokręty poruch kiszek będąc regularny, znacznym wyprożnieniem, czyli stolcami uiszcza się, ducha wspaniałego do naycięższych spraw bardzo łatwego i zręcznego, ludzie tego Temperamentu zdają się bydź do rządze.

dzenia zrodzeni, mierność dyetyczną sposobni naycisley zachowywać?

ty. Zimny a suchy, czyli Melancheliczna konitytucya, ma ponury wzrok, czarne włosy, ostrą skurę, smagławą pleć, plus drobny i rzadki, żułci nienazbyt mają ale czarney, poruch kiszek powolny, łatwi do poymowania wszelkich by też i naytrudnieyszych rzeczy, lecz przydługiego rozważania bywają, wszelką ciężkość do podziwienia znosić umieją, z obojętną powolnością wykonywają przedsięwzięcia choć i naypilnieysze bez względu na szczupłość czasu, rozdrażnieni palają zemstą nieukoioną.

Atoli Lekarze do pomienianych czterech Temperamentow, ieszcze drugie cztery utwory przyimują, to jest: Krwisto żułciowy ieden, drugi Hipokondryczny, trzeci Grubo powietrzny, czyli Chłopski, czwarty Łagodno litościwy. Krwisto żułciowy utwór ciała, z przyczyny lepszego pomieszania humorow, jak w Temperamencie przez się krwistym, przynosi te pożytki, że mając takowi z krwistemi równą rzeźwość, równie przymilenie, i zdrowie, od choletykow stałości we wszystkim nabywają.

Hipo-

Hipokondryczny utwor ciała, jest to nieszczęśliwa mieszanka, sobie i drugim ciężarem stająca się, powszechnie takowi w swej wątrobie, lub w śledzionie skazę noszą, kolor ich ciała bywa blado żółtawy, lub wcale blady, ze swego stanu i z siebie samych nigdy niekontenci, zawiść i podejrzenie na pezemią, dręczy sposobem niesłychanym ich dusze; Temperament takowy nazwany być także może Choleryczno-melancholicznym.

Grubo-powietrzny, czyli Chłopski utwor ciała, przy Melancholiczno-Flegmatycznej mieszance, znaczną cząstkę krwistości dostawia, sprawia, że będąc ciało pełne soku i jędrności, mało bardzo dotkliwosci, czyli czulości, z przyczyny temności Nerwów, w sobie zawiera, ztąd ludzie takowego utworu, miernie tylko umiejętności posiadać zwykli, a wszystko co tylko przedsięwzięć technie niby Mäckiem.

Lagodno-litosciwy Temperament, będąc z Krwisto Choleryczno-Melancholicznej mieszanki utworzonym, właściwym bywa dobrych dusz charakterem, czyni ludzi tego utworu dobrymi w pożytku, obyczajnymi, wszelką chł.

chlubą i tumanami brzydzącemi się, gdy co przedsięwzięć, uwagami wprzód przyszłość zgłębiwszy, w cichości do końca doprowadzają.

Zaciągnawszy znaczną Summę Obywatelów czterech, to jest: Krwisty, Choleryk, Melancholik, i Flegmeusz, na handel, z którego wszyscy równie korzystać mając, równie też do straty i trudów należeć mieli, z tych pierwszy Choleryk zaczął sobie przyszłe zyski, czyli sperandy rachunkami wystawiać, i w nadziei przyszłości, iakby już z obecnych zysków cieszyć się, opowiadając każdemu dalsze swoje zamiary, w nadzieję których, powiększał wydatki, hojność jego w każdym się pokazywała miejscu, zwłaszcza ku tym, którzy uniożonemi mu się pokazując, skinienia jego wyglądali. Patrzył na to dosyć długo Melancholik, nie nie mówiąc, a roztrząsnawszy całą tę rzecz, rzekł w pomieszaniu. Ze bez boiaźni nie mogę patrzeć na takowe czynności Choleryka, który nie tylko siebie samego, ale i nas z całym handlem, o zgubę przyprawi; bo ktoż to widział, by zaś każdego o przedsięwzięciach, i zamiarach handlowych miało się uwiadomić.

mieć, z pieniędzmi także, dotąd iako  
najoszczędniej obchodzić się należy,  
dopoki się nieuchybnego zysku do rąk  
nieodbierze, radził tedy: by wprzod Ka-  
pitałowi, przyłączeniem do niego zy-  
skow, dopuścić urość, a dopiero będzie  
można na potrzebne wydatki z niego  
ubierać. Atoli Krwisty, ktoremu się  
zdawało, że iak Choleryk, tak i Me-  
lanchoлик z karbow przyzwoitości, tam-  
ten zbytkiem, a ten w oszczędności,  
wykraczali, radził: by w wydatkach  
mierność zachowaną była, atoli ze  
względem na przyzwoitość i reputa-  
cyą, na czym wiele uczciwym ludziom  
zawisło. Ze zaś Flegmatyk na te wszy-  
fkie czynności, obojętnym poglądał  
okiem, spytano go, by w tak ważnym  
zamiarze, swoje oświadczył zdanie.  
Na co odezwałszy się rzekł, iż na  
wszystko to, coby dobrym być osądzi-  
li przystaie, że możnaby wprawdzie zby-  
teczne wydatki powściągnąć, atoli co  
się tyczy iadła i picia, gębie żałować  
nie należy.

Właśnie pod ow czas gdy się cił z  
sobą umawiaią, przybiega postaniec z  
nowiną, że złodzieie dobywszy się do  
składu, wszystkie pieniądze wykradli,  
uflly.

uflyszawszy to Choleryk, cały zadrzał,  
iął przeklinać, chałasować, i stracił  
wszelką nadzieię, Melanchoликowi zaś  
serce ścisnąwszy, o mdłość go przy-  
pawil, nie słuchał żadney pociechy,  
gryzł się z kąd tu będzie nazad ten  
Kapitał oddać. Krwisty atoli głos za-  
brawszy, rzecze: na nic się nieprzyda-  
dzą narzekania i rozpacz, ktoż towie,  
może ieszcze nie cała jest rzecz utra-  
cona, może ieszcze iakowe środki po-  
ratowania naszego okaza się. Widzia-  
wszy to Flegmatyk, ktorego lubo ten  
przyrpadek obchodził, atoli dla ulżenia  
sobie w tym niezczęściu, właził w łóż-  
ko dla przespania się. Tamci trzey na-  
radzając się między sobą, coby im te-  
raz czynić należało, pierwszy Chole-  
ryk radził, aby natychmiast konnych  
na ściganie złodzieiow porozfylać, kto  
to może wiedzieć czyli ich gdzie nie-  
schwytaią, Melanchoлик przyzedłszy tro-  
chę do siebie, niechwalił takowego zda-  
nia, że iuż czas upłynął, że nie widzi  
najmnieyszey nadziei, by kiedy mieli  
co z ukradzionych pieniędzy oglądać,  
na co Krwisty ktoż to wie, nietraćmy  
czasu marnie, udaymy się do Zwierz-  
ehności przyzwoitey, wyślemy w tym  
Fle-

Flegmatyka, obudźmy go niechay iedzie, na to obudzony Flegmatyk rzecze, teraz iuż ciemno, któż po nocy co dobrze sprawić może, odłożmy to do rana, każdemu spoczynek miły, atoli iezeli tego koniecznie ten przypadek wymaga, niechay kto infzy iedzie, bom ia cosi słaby i niedyspozyt. Stoiąc na ustroniu ieden z przyjaciół tych czterech ludzi, przypatrywał się ich czynnościom, i rozroźnionym ich zdaniom, ktorego oni postrzegliży, prosili by ich w tak ciężkim razie iakową zdrową radą ratował. Coż tu moja rada pomoże rzecze ow przyjaciel, kiedy z was każdy, podług zepsutych swych skłonności zaradza, niechcę ia się w to mieszać, robcie sobie iak się wam podoba.

Tym przypadkiem wyłuszcza się, iakowe skłonności każdy z pomienionych Temperamentow w Człowieku okazuje, gdzie za utworem ciała, sposób myślenia, czyli umysł, prawie iak poniewolnie podawać się musi, ztąd Choleryk gorący we wszystkim i nagły, ktoremu żadna trudność i żadna zawada nieprzeszkadza, gdzie insi gory nieprzebyte, i niepodobieństwa upatrują. Choleryka to nic niewstrzyma, wszystko

ułatwi, wszystko podobną rzeczą uczyni, przy umyśle stałości z szypkością złączoney, wszystko przełamie, wszystko dokáže. Atoli mu też i wady swoje Choleryk, bywa zbyt porywczy, często opacznych chwytaiący się krokow, przeciwaemi, lub tylko pozor małacemi powodami wzruszony, słowa nie dotrzyma, lub nieprzełamanym w uporze stanie.

Przeciwnym sposobem Krwisty, w czynnościach swoich umiarkowany, szczenią drogą we wszystkim postępuje, zawady przeszkadzające mu uprzęta, ale bez gwałtowności, lubo czasem zboczy z przyzwoitego toru, co atoli rzadziej się mu trafia iak innym, wie znowu kiedy, i iak, do przyzwoitych wrócić się granic.

W Melancholiku, będąc poruch opiejszalszym, czyli zbyt powolnym, a po rozkołyszeniu się zbyt gwałtownym, nierychło się rozruchuią, ale gdy się rozchodzą, zacieczeniu, lub zapalczywości miary niewiedzą, zawady im przeszkadzające nie zawdy opiejszało uprzętaią, a w zdaniach swoich zwykli bywać zacięci.

Fle.

Flegmatyka poruch wszelki, leniwym bywa i słabym, u których przyrodzenie w niwczym miary nieprzebiega, owszem nad potrzebę skąpiey ich we wszystkim wspiera, zawady wszelkie, chyba ostatnią przymuszeni potrzebą dopiero uprzatają, będąc utworu ostrygłego, z obojętnością wszystko przyjmują, mniej sobie wazą niedotrzymanie słowa, a odmianę ustawiczną, za nic sobie mają.

Okazuje się ztąd; iak wielki wpływ w czynności ludzkie Temperamenta mają, gdy prawie by poniewolnie, o-przec się im niemogąc, do tego lub do owego Człowieka nachylają. Atoli przeciwnie nas doświadczenie uczy, że przez Edukacyę, przez nieodmienne wzwyżczenie się, przez usilne przywiązywanie się do Osob, odmienne skłonności w sobie mających, przez sposob życia iakowym koniecznie żyć komu potrzeba, przez stan w którym zostawać musimy, łatwo bardzo stać się może, że umorzywszy powiękzszey części nasz własny Temperament, nabieramy wcale przeciwnego, i w niwczym z tamtym związku niemającego.

Bo

Bo stać się to może, co częste przy-  
Mady potwierdzają, że się jeden Tem-  
perament na drugi przetrzuci, prawie by  
przeistoczywszy Człowieka, skłonno-  
ści swoje inakże okaże, naprzykład:  
Utwor krwisty na Flegmatyczny, a to  
z zbytecznego ospalstwa, z małego u-  
żywania poruchu ciała, albo z mieszkani-  
nia na wilgotnych miejscach, lub też  
na Choleryczny, a to gdy stan jego  
zbyteczney po nim czynności wyciąga,  
lub gdy mu się okoliczności, do usta-  
wnego gniewu pobudzające go, nadar-  
zać będą. Podobnież Choleryk na Me-  
lancholika przetrzucić się może, gdy go  
nieodstępny ucisk, i niedostatek gnę-  
bić, lub gdy jedną po drugiej niepomysł-  
ność i smutek prześladować go będzie.  
Wiedzieć iednakże potrzeba, że tako-  
we przetrzucanie się Temperamentow,  
stałym, czyli iednostaynym na zwdy  
bywać niezwykło, owszem po wypo-  
cznieniu sobie, lub przy pomysłney-  
szych czasach, nazad się do pierwiastko-  
wego utworu swego przychyła i wraca.

Toż samo dzieie się i ze zwycza-  
jami ludzkiemi, które nie bez przyczy-  
ny drugim przyrodzeniem nazwano, kto-  
re lubo przeciwne wrodzonemu Tem-  
pera-



peramentowi, atoli przez usilność stałą i  
wzwyczajenie się przyzwyczajeni, i by  
własnymi uczynione być mogą.

*Porządek życia dla Krwistych.*

**L**udzie tej Konfytucyi powinni czę-  
sto Lekarstw wyprożniających i u-  
spokajających zażywać, a gorących i  
roziatrzających strzedz się. Służy im  
Chleb dobrze wyruszony i wypieczony,  
dośćale Owoce i Ogrodziny, oszczędnie  
zażywać maia wina, i to z wodą, wszel-  
kich mocnych trunków, zbyt tuczają-  
cych i krew mnożących potraw, to jest:  
drobiu, wołowego mięsa, barany, cie-  
lęciny, bulionow i żup, solonych mię-  
siv i korzenia, iako też niedoyrza-  
łych i mączastych Owocow, wszelkich  
iarzyn które w strączkach rosną, zwi-  
szcza z Oleiem, Oliwą, lub masłem,  
a ielszcze starym, wyftzegać się maia.

Podług proporcji iadła, powinni  
agitacyi używać zwłaszcza konno, czym  
osnowa całego ich ciała umocni się,  
Transpiracyą, czyli parowanie ciała ie-  
dnofstajnie utrzymywać, a bezpotrzeby  
na odmiany ciepła i zimna nagie; nie-  
narażać się. Gdy się im da uczuć, z peł-  
nego

nego i mocnego pulsu bul głowy, ocię-  
żalność i ośepiałość umysłu, krwi z no-  
sa płynienie, i tym podobne znaki, kto-  
re bywaią pełności krwi skutkami, na-  
tychmiaft krew maia puścić, Enemę  
wziąć, wody wiele, a wina mało pi-  
ać, i wftyfikiego wyftzegać się, coby  
tylko krwi przymnażać im mogło.

*Porządek życia dla Flegmatyków.*

**T**ak konfytucyi Ogrodzin trawic do-  
brze nie może, niewyruszone, i za-  
kalec w sobie maiaące leguminy, szkó-  
dliwemi iey bywaią, dobrze zaś wyru-  
szony Chleb, ma ich bydź nayprzyzwoi-  
tzym pożywieniem. Ogrodzin tylko  
tych używać mogą, które naymniey  
w sobie soli Alkaliczney, i lotney za-  
wieraiąc, wdzięcznego zapachu, a pę-  
dzącą utynę własność miewaią.

Mięsa wołowego, wieprzowego,  
cielęciny, kwaśnych potraw i napoiow,  
wczesnych czyli rannych Owocow i  
Ogrodzin Szpinaku, Sałaty, Cykoryi  
i tym podobnych nieprzyzwoicie urzą-  
dzonych, czyli ugotowanych, strzedz  
się maia, lecz baraninę, kuropatwy i  
inny drob na swym stole codzień mie-  
wać

wać mogą. Mogą także wino, i inne wyśniale trunki pić, ze względnością by zbytkiem strawności nieszkodzić, że ta konfytucya, wiele flegmy w ciele mnoży, a to z powolności, i nieczynności tego temperamentu, tey chcąc unikać, trzeba się powoli, do różnych czynności i Agitacyi ciała przyzwyczaić, czasami przepościć żołądek, służyć im będzie, częściej a potrosze iadać, iak rzadko a zbyt nie obtykać się, praca rąk, i całego ciała, dla nich naykuteczniejszym do sprowadzenia flegmy, i wszelkich kłikowatości lekarstwem będzie.

*Porządek życia dla Choleryków.*

**T**ey konfytucyi ludzie, miewają mocny apetyt, strawność żołądka prętką i dobrą, przegłodzenie się, ktoreby im służyło prawie nieznośnym zdaie im się. Powietrza gorącego i parnego, wina i mocnych trunkow, potraw rozpalających, niedosypiania, i gwałtownych namietności, mocno wystrzegać się im należy, i aby swego ciała zbyt napiętey ośnowie ulżyć mogli, prawie zawdy samę wodę pićby im należało. Owoce dojrzałe, brzoskwinie, gruszki, winne grona,

grona, poziomki i wszelkie ogrodniiny świeże iadać, zwierzyny wcale zaniechać, lub przynajmniej w Occie wprzod i w Soli przemacerowane przyprawiać, latem często się kompać, we wżyszkim porządek zachowywać, przy cięższej robocie grubszych potraw, przy lżejszej strawnieyszych zażywać, mają. Chleba dobrze wyruszonego ile zechcą, ale mięsa niewiele iadać mogą.

*Porządek życia dla Melancholikow.*

**C**i powinni dla utrzymania swego zdrowia ściśle wżyskiego postrzegać o rozwolnienie dostateczne krwi swojej starać się, to jest: by cząstki z ktorych się ona składa, mogły być iak w innych temperamentach rozpułczonemi, niestrawnych potraw wystrzegać się mają, legumin tego czyli sypko gotowanych, ogrodniin w strączkach rodzących się, i wżyskiego tego, co do zatrzymania wilgoci w sobie nie jest sposobne, troskliwie unikać. — Przeciwnie zaś chleb dobrze wyruszony, mięsiwa zwierząt trawą żyjących z warzywami ogrodniemi sporządzone, drobiu, i dojrzałych Owocow zażywać, czasami Cyna-

monem, przetacznikiem, kofstrykiem i tym podobnymi korzeniami przyprawić. — Najużyteczniejszym dla nich napoiem jest serwatka, lub wino cienkie, piwo lekkie, albo Jabłecznik, atoli dla lepszej strawności mają często używać agitacyi i ręcznych zabaw, na koniu jeździć, świeżego powietrza używać, ani się zbyt czym zatrudniać, ani też bezczynne prowadzić życie mają. —

*Porządek życia dla Literatów.*

Uczeniem zbytym osłabia się ciało, z kądem do rozmaitych chorób sposobnym się stawa, zbytne natężenie rozumu, głęboko wlepione bez przerywania zatopienie się, zabierając całą duszę, tamuje iey wszelkie czynności w ciele, żołądek Literatów zawdy źle trawi, wszystkie czynności jego wewnątrz idą leniwo, wilgoci bywają źle przegotowane, ułożenie ciała, przy uczeniu się, zabrania ruszaniu się niższej części żywota, z kądem powiększanej części bywają uczeni chuderlawi, skłonni do zatarwardzenia żołądka, rozny niemocom podlegając. — Takowi mają iadać do brze wyrulzony i wypieczony Chleb, Ogro-

Ogrodniny, i dościgłe Owoce, mają bydź ich przyzwoitym pożywieniem, atoli gęsto i sypko gotowanych, mocno opieprzonych i korzennych, lub zbyt Ostrem zaprawnych, potraw wystrzegać się powinni. — Wina mało i to dobrze wodą roztworzonego używać mogą, rannym napoy Czekulady byłby im pożyteczny, dla rozpuszczenia krwi u nich do gęstnienia skłonny, po obiedzie zaś cienkiej kawy zażyć im nie zawadzi. — Nierownie więcej od innych mają ruszania się i kompieli używać, do żadnych czynności nie siadać, do poki żołądek trawieniem będzie zatrudniony, ależ po przetrawieniu, czyli po wyjściu trzech lub czterech godzin od obiadu, do pracy zaprzęgać się mogą, tak ciała swego iako też umysłu Owoce, miarą sił swoich przemierzając. —

*Porządek życia dla pracowitych Ludzi.*

Pracując ciężko, wiele się sił utracają dla tego potrzeba utraczone z kądem nadgradzać, co się stać może, iadając nie nazbyt strawne potrawy, ale takowe, które się lepiej czynnościom żołądka opierając wstrzymywać iego prę-

B a

kie trawienie mogą, naprzykład: niewyruszony należycie żytny Chleb, groch, bob, szocowice, i inne tym podobne leguminy, są im w tym razie przyzwoite. Atoli mają być pamiętni: gdy się im trafia aż do zapocenia pracować, by sobie ujęli iadła, wodę czystą pić, a podczas upałów letnych z trochą Cytrynowego soku, octu, lub szczawiu przymieszaną mogą, strzedz się im należy nieświeżych lub zatechłych wód, dla znurzonego zaś ciężką robotą ciała, dłużej sypiać mają, gdyż inaczej, utracą spracowane żywą sprężystość.—

*Porządek życia ludziom siedzeniem się bawiącym.*

Czyi życia sposób wyciąga ustawicznego siedzenia, takowi zgarbaczki plecy, nogi, i całego ciała zły skład miewają, ale że siedzeniem nie tak wiele sił utracają, mniejby iadać powinni, i dobrze wypieczony chleb, rybnie polewki, i dojrzałe Owoce, ich nayprzyzwoitszym pożywieniem byćby miały, pijaństwa wystrzegać się powinni, nawet i wody nazbyt im pić

ić nienależy, a to by ich żyły, i osnowa ciała zbyt nie zwolniały, mają także ziół Antyskorbutycznych, to jest: rzerzuchy, gorczyce, i Chrzanu zażywać, które żyły ich w przyzwoitej sprężystości utrzymać potrafią, cząsem kieliszek wina im niezalzkodzi.—

*Porządek życia w Młodocianem wieku.*

W tym wieku przychodzą wewnętrzności do swej tęgości, ktorey wprzod nie miały, i prawie o tey dobie ciała, cała natura na nowo się odradza, moc i siła wewnętrznych naczyń wzmagają się, gorącość się powiększa, krew się zapala.— Wszelakiego zatym korzenia, korzennych rzeczy i wszystkiego co tylko zapalającym jest, wszelakiego gwałtownego poruszenia, i igraszek z białą skórą, a nadewszystko dogodzenia niektórym namiętnościom, jako nayfilniey wystrzegać się należy, bo się tym bardzo ukrzydza młodzieńcy, gdy cały kwiat krwi, do wzrostu i zażywności ciała wyznaczony, tym wyniszczają, i tracą.— (\*)

Dla

(\*) Smutne skutki takowych nierządów, ktore naturę naybardziej osłabiają, dużą szpecą, sumnienie obciążają, i ciało wyniszczają.— Optał Pau Tyssot w Traktacie o Osanizmie.

Dla przyspieszenia wzrostu ciała, należy im same tuczące potrawy iadać, to jest wyruszony i należycie wypieczony Chleb, wołowe i baranie mięso, wszelkie leguminy, krotko mówiąc: wszystko w miarę i z rozładkiem iadać mogą, atoli, by sokow w swym ciełe do wzrostu iego przygotowanych niewyuszali, żadnego trunku używać im nie należy. —

*Porządek życia wśrzednim wieku.*

**W** tej życia dobie jest człowiek przynajwiększej sile, zkad bez obawiania się najmnieyszego uszczerbku zdrowia, może pożywać wszelkich potraw, iednakże nie nadmiarę, ale podług czynności kazdego, ma bydź przyzwoity pokarm obmyślany. —

*[Porządek] życia w podeszłym wieku.*

**W** tej niebardzo miley samemu sobie dobie, leniwiey nierownie soki żaladkowe krążą, gorącość ich stygnie, wylichaniem zmnieysza się, błony, żyły, chrząstki twardnieją, kości nawet kruchości nabierają, całego

go ciała osnowa traci swię rozpościerając się, i odpierając się, cały się człowiek zrycha, skura marzyczkow nabywa i grubieie, tak w tłustym iako i w chudym. — W tym wieku we wszystko strzedz się należy nagłej odmiany, a nadewszystko powietrza, w tych latach bowiem ciało mniej iuz będąc do parowania sposobnym, skłonny staie się do wszelkich chorob ztąd wyniknąć mogących, owszem na wzor pierwiastek swey dziecinności, zachowywać się im należy, nienagle przestępując z iednego w drugie, ale kazdego roku, coraz mniej a częściej iadając, wybierając sobie potrawy chwiejącym się zębom służące, z ktoremi żołądek zwykły zawsze zgadza się. — Mogą iadać rozgrzewające, i tuczące potrawy, atoli w oszczędności i mierza, bo te będąc wysuszającemi, nie łatwo się z ich żołądka sokami iednoczyć zwykły, niemniej z gorącemi trunkami, lubo powiększey części starymi służącemi, przezornie iednak obchodzić się mają, i lubo różne troski, ułomności, rządze, i suchość mozgu bywa im naprzekszkodzie, z tym wszystkim, o sen starać się powinni, zgtyzoł i trosk unikać mają, a w ludzkości i oby-

obyczajności ćwiczyć się, boiaźni i obawiania się, niech się strzegą, bo ta w krotkich dniach ich starość zakorczy, a jeżeli dłużej pożyją, dwarzają cięższe skutki starości na nich widzieć się dadzą, Agitacyi używać mają często, lecz ta bez zmordowania się bydź powinna, krwi szanować, i bezkonięcznie przynaglającej przyczyny oney nie upuszczać, bo takowe puszczanie, już ich ciału więcej nie służy. —

*Porządek życia dla Białychłwi.*

Osnowa całego ciała u Białychłwi jest słabsza, ułomnieysza, i delikacieysza niżeli u mężczyzn, ztąd też nie tak silnie oddychać mogą, krążenie krwi w ich ciele jest podobne męskiemu, lecz żyły szczupleysze, z czego pochodzi, że kobiety w sobie więcej Ognia i to gwałtownieyszego, niżeli mężczyźni miewają, za to też żołądek słabszy, z iadłem ostroźniej niżeli Mężczyźni obchodzić się im należy, a niestrawnych potraw wystrzegać się, a raczy częściej; niżeli dużo na raz, iadającym przyzwolita.

Po-

*Porządek życia dla Dzieci.*

Dzieci wielkie podobieństwo miewają z matkami swemi, które zostając w ich żywotach, tak co do zdrowia, i niemocy, iako też i śmierci równo z sobą należeć muszą. — Bywają okoliczności takowe, które się odmieniać niedają, i niebywają w Matczyney mocy, na które im tym bardziej pamiętać należy, że ich odmieniać nie można. Nieodmiennemi są, gdy Matka z bliźniętami chodząc z nich iedno zachowuje, lub umrze, lub niewczesne porodzi, i inne tym podobne. —

Między szkodliwemi zwyczajami jest osobliwie ściskanie się, czyli sznurowanie Matek nayniebezpiecznieysze, które w ich ciele niższe zebra ścisłając, wewnątrz one wgniata, te znowu tłoczając wątrobę, śledzionę, i żołądek sobą, niedopuszczają krążeniu pokarmom po kiskach w dolney części ciała, zkad strawność wielką zawadę cierpi, z czego wywodzi się wiela niemocy, między ktoremi melancholia nayznacznieyszą bywa, szkodzi nawet płodom co do kształtu ciała w żywotach ich, bo często pokrzywione kaleki, a szczęście niewcze-



wczesne, przy nadzwyczajnym poronieniu, w strasznych bolach i życia niebezpieczeństwie na świat wydawać muszą. — Mleko jest powszechnym pokarmem Dzieci, bez którego się ich mało wychować może, i w dojrzałszym nawet wieku, bywa naszym pokarmem, napojem, lekarstwem, ochłodzeniem, posiłkiem, i pokrzepieniem, składa się bowiem z takowych cząstek, z iakowych i ciało nasze złożone jest, któremu dając wzrost, łatwo się w ciało nasze przestacza.

Nie tylko mleka ludzkiego używamy iako pokarmu, i iako lekarstwa, ale nawet koziego, krowiego, i Osłego, podobnymże sposobem używać możemy. — Ludzkie mleko które dobre jest, bywa ciężkie i słodkie, kozie jest wodnistsze, a Osłe najeńszcze, krowie ma między nimi najmniej wodności. — Podług tedy tych własności, uważać się ma potrzeba w niemocy przyzwoitego mleka, tak dla Dzieci iako i dorosłych, by kto zmęźniał i do zażywności przyszedł, potrzeba mu mamkę śać, bo iey mleko najbliższą ma własność z ciałem syłającym, łatwe jest naturze do odstoczenia go, a że ma

w so-



w sobie wiele Olejowatych cząstek, temi tuczy suchego, i pożyteczne jest tak dziecku, iako też choremu Suchotnikowi, lepiej jest śać mamkę, niżeli wystrzykany od niey pokarm brać, bo strzykając większa część najszkodliwszych cząstek po powietrzu się rozlatuje, mleko wietrzeje, przeciwnie zaś śsąc go, widzieć się daje pożyteczność na tłustych iak odlanych Dzieciach. —

Kto przy Chudości i wyniszczoneym ciele, ma dobrą strawność żołądka, ten się na krowim mleku za krótki czas poprawi i upasie, zwłaszcza na Wiosnę piąc go, gdy krowy trawney paszy zażyją, a to: przez cały Miesiąc z rana naczczu po butelce zaraz ciepło iak będzie wydolone. —

Kto zaś piąc mleko chce nie dla tego aby utył, ale dla poprawienia żołądkowych sokow, będzie do tego lepiej kozie, lub Osłe służyło, bo te mniej tuczą, a więcey karmią swoją wodnością, tym zaś wodnistszymi bywają, im cieńszymi są, ale też itę własność w sobie miewają nad insze, że naydelikatniejsze cząstki ciała i żyłki nierownie lepiej przenikają, ścisley się z żołądka sokami iednoczą, gdyż mleko Oleiowate cząstki

pra-

prawie w niczym nieodmienione, do krwi z sobą wnosi, z kąd rumianość i czerstwość w całym ciele następuje. Lecz, by mleko dobrze strawione być mogło, potrzeba aby się koło niego prętko żołądek uwinął, niewadzi to nic, chociaż się mleko zbiegnie, czyli zwarzy, inaczey prawie być nie może, aby dostawczy się do żołądka, gdzie ięszcze kwasowatości z różnych potraw znajduią się, zwarzyć się nie miało, wszakże i maczynego mleka dzieci chociaż i najzdrowsze, gdy się nadto obfają, z zupełności żołądka, womitują już zwarzonym, nic to natym niezawisło, bo zwarzenie się mleka, nie może się żadną miarą popfuciem nazywać, wszakże iedząc mleko, wszystko się razem ię pomieszane, a iak pojedynczo iedzone, mleko, masło, syr, serwatka i maślanka nikomu zdrowemu nieszkodzi, za coźby pomieszane szkodzić miało, siła bowiem trawiąca w żołądku, bez względu co zdrowego iest, razem gotuie, a wygotowane nażywiający sok, wprzod w krew, a potym w ciało nasze przestacza, obawiać się tylko należy, by nie mieć żołądka zepsutego, ostarością gryzającą i niezdolnego do trawienia mle-

ka,

ka. ktoremu się nawet i mleko samo, twardym i gniotącym go zdale, co potym wiatry i odęcia sprawuie. —

Mlecznych potraw i samego mleka, mogą tylko ci zażywać, bądź to na pożywienie bądź na lekarstwo, którzy strawność żołądka mając, ciała porużenia zażywają, własności dobrego mleka te są, ma być słodkie i nieco lipkie, lecz niezbyt gęste, w wodzie nie nadto ciężkie, owżem lekkie rozplywające się, wpuszczone w oko niegryzące, niezbyt obfite w maślanek, na Syr zwarzone niepowinno być fine lub żółtawe, ale białe iako śnieg bez wszelkiego zapachu; po tych znakach Doktorowie, o maczynych mlekach czyli dobre iest, zdanie dawaia. — Niemniej wiedzieć należy, że potrawy i napoje, życia sposob, poruszanie się, spoczynek i pokoy, namiętności, i wstrzymywane natury odchody, chociażby naylepsze mleko, w krotkim czasie odmienić i nadpsować potrafią. — Gdy mamka ze wsi, przy pracy, grubey strawie, i niewygodach, lecz przy zdrowiu dobrym, na maczenie do miasta wziętą będzie, niechayże iak zwyczaj iest, bezczynnie siedzieć, potraw

delia



delikatnych zażywać, i z czeladzią się kłócić znacznie, mleko które najlepsze w pierśiach swoich do miasta lub Dworu przyniosła, z pomienionych przyczyn płowac się, a czym daley tym bardziej własności swoje odmieniać musi. —

Mleko na Lekarki sposób przyprawiane tak bydź powinno, mleko słodkie do ognia przystawiwszy, gdy zwiercać zaczyna, zasyp wiwnym kamieniem czyli Winną solą, mniej lub więcej; iak tego mleko wyciągać będzie, mieszając ustawicznie, aż się na syr zbierze, to przez cienkie płutno przecedzone niechay postoi z kwadrans by przestygło, pōstym ubiy kilka białek na pianę, wley w Serwatkę, wymieszay, przystaw do ognia na kilka minut, aby się żagotowało, odstaw, ostudź, przecedź przez sito, na ktore dwa arkusze bibuły wprzod położywszy naleway, można i przez liykę przelożywszy podwoyną bibulę przecedzać, pomału kroplami tylko zchodzić ma serwatka, czysta iako lza.

Tu Kuracya serwateczana służy podagrykom, ludziom słabowitym, i suchotnikom, serwatka ochładza krew, we wszelkich z żułci pochodzących niemocach i gorączkach bardzo pożyteczną

czną bywa, usmierza burzenie się krwi, szkorbutnikom, hipokondrykom, i wszelkiemu który tylko iakową w sobie trawiającą, lub niszczącą ciało poznaje niemoc, osobliwszym bywa lekarstwem. —

I lubo niezbyt dawnó sławny Doktor Pan Vandermont, na rożnych (\*\*\*) zaśladach spolegający, dowiesć usiłował,

(\*\*\*) P. Vandermont wyraża w tym miejscu „swoie zdanie temi słowy: Dopoki jeszcze cnota, i niewinność w ludzkich sercach paowała, dopoty pokarm matek dzieciom ich moglby bydź przyzwoitym, lecz po upłynieniu już tego szczęśliwego czasu; matki w swe dzieci wlewaią nasiona wszelakich sprzecznych namiętności, i iakimi same bywaią, takowemi i dzieci swoje formuią, albowiem iednakość krwi, iednakowym też namiętnościom podlegać zwykła, ztąd wnosi pomieniony Doktor, że nie Matka swoje dzieci karmić powinna, a to dla przzerwania iedności własney przymiotow, niemniej, dla wydostanienia przyrodzenia przez odmiennosc mleka, podobnie iak zwyczajny jest, zenienia się z obcemi, a nie z swemi, a to by się niewyrodziły Familie. Mamkom oddawać dzieci do karmienia, tym bardziej strzedz się potrzeba, by nie złośliwymi, bo mamka jeszcze i to ma do siebie, że będąc prosta i grubą kobietą, z swey własności wprawdzie udzielić może dziecięciu mocy ciała, i trwałości sił, ale go o tenże czas uczynić może,

że przyzwyczajby dla człowieka było, fsać rozmaite bestye, niżeli własną swoją matkę, przez coby niemocom częstokroć z matek wysłanym zapobiegać się mogło. — Atoli to niezdaje się bydź do

„ Wszelkich swoich zbrodni i namiętności dzie-  
 „ dziecem, i ile ciała moty i siły od niey na-  
 „ będą, tylą lub nierownie więcej wadami  
 „ umyśl ich zeszpecą. — Jako tedy jest szko-  
 „ dliwe dzieciom mleko niewieście: tak prze-  
 „ ciwnym sposobem staie się im zdrowe bydę-  
 „ ce, wszystkim to wiadomo jest: że mleko  
 „ bydęce osobliwym lekarstwem bywa na  
 „ niektóre choroby, ztąd wnieść sobie można,  
 „ że jeżeli nadpsowane ciało w iakowym cho-  
 „ rym człowieku, wszelako tóż mleko popra-  
 „ wiać potrafi, tym bardziey niewinne iefzcze,  
 „ i nay sposobnieysze do przyięcia w siebie nay-  
 „ czystszych własności, utwierdzać, i grunto-  
 „ wać w dobrym wydoła, Zwierzęta będąc nie-  
 „ równie mnieyszey liczbie chorobom podle-  
 „ glemi, niżeli ludzie, bo niektóre zbytek rza-  
 „ ko, a inne nigdy chorować nie zwykły gdy  
 „ są na wolności iadają i piiają podług swey  
 „ potrzeby, i sypiają tyle, ile ich przyrodze-  
 „ nie wyciąga, czego ich natura nierownie le-  
 „ piey niżeli nas rozum naucza, czystą krew  
 „ i mleko w sobie miewają. — Krotko mowiąc,  
 „ że mleko zwierzęce, od tardo wielu nas  
 „ chorób uwalnia, nieczysty ogień, i różne  
 „ namiętności w nas gasi, przekonani przyznać  
 „ musimy, że ma być, i powinno, nad nie-  
 „ wieście przekładane. —

do rzeczy, by fsanie mamek miało ta-  
 kowych niemocy przynnażać więcej,  
 których inż bywają zawiązki w dzie-  
 cięciu, po dziewięcio Miesięcznym kar-  
 mieniu się nierownie nieczystym po-  
 karmem, chybaby ktora matka zachor-  
 rowała, w czasie karmienia, lecz i temu  
 łatwo odłączeniem, lub inney kobiety  
 przystawieniem, zapobieżć można, wszelako  
 się tym niedowiedzie, by zwier-  
 ząt mleko miało bydź dla ludzkich dzie-  
 ci zdarnieyszym do karmienia, niżeli  
 własnych ich matek. —

Coż może bydź przyrodzeniu przy-  
 zwoitzego nadto, aby każda matka  
 swoje własne dzieci karmiła, albo przy-  
 naymniey, od inney iakowey kobiety  
 karmionemi bywały, gdyż bliźsze są  
 cząstki mleka człowieczego do ciała  
 dziecięcego, a niżeli zwierzęce, co za  
 potrzeba tego, by własna matka zdro-  
 wą będąc, i mając podostatku dobrego  
 pokarmu, miała cudzego potrzebować,  
 lub żeby się dziecię zwierzęcemi krwi-  
 sokami bez przyczyny napawać miało,  
 insza rzecz: gdyby matka zachorowa-  
 ła, lub pokarm straciła, a mamki do-  
 staćby nie mogła, tedy w tako ym ra-  
 zie, nie tylko godziwa, ale i konieczna.

ezna rzecz jest dzieci iak można karmić.—

Sztuka wykarmienia Dzieci bez Matki i mamki na tym zależy, ażeby iadło dla nich, przyzwoite wiekowi ich wybierane było, cienkie poliwecki z wody, mleka i chleba, są to niewinna dla dzieci, a dobrze karmiącą potrawą, z przyteckley zaś mąki sporządzona potrawka, i tym podobnych innych rzeczy cierpkość, ostrość klykowatość w sobie mających, iako też zbyteczne obtykanie żołądka, dzieciom wielkie i nadęte sprawiają brzuchy, co z zamulenia krefek pochodzi, a bywa powszechną dzieciinną chorobą. — Można także dzieciom dawać słodkiej serwatki, lecz ta każdego dnia świeża być powinna, ktorey jeżeli się im da zaraz po urodzeniu, wyprowadza z dziecka wszystkie lipkie i nieczyste klykowatości z ktoremi się urodziło. Jeżeli pierwszą ćwierć roku dziecko tak karmione wytrzyma, przy innych poliweckach, i cienkich rosółkach, iuż mu nic nie będzie, i wychowa się bez mamki, gdy zaś iuż dzieci poczynają inne potrawy iadać, przyzwyczajając ie należy, by oneż o pewnych, a to jednych

cza-

czasach bierały, co gdy nastąpi, nigdy nie będą miewały żołądkow przeładowanych, te zaś czasy, czym daley tym bardziey przedłużać należy, przeciwnie zaś robiąc, pomieszają się w ich żołądkach za każdą razą świeże z napuśtrawionemi potrawami, ztąd osurowizna w żołądku, i rchwość wielka iedzenia następuje, dziecko ktore iuż jest tak daleko w ten stan tey niemocy zaprawione, za zgubione poczytane być może. — Między nieregularnością wychowania dzieci, i to jest nie małym błędem, zamykając pieczołowicie w izbach, niepozwalając im świeżym oddychać powietrzem, a przecież nad to, niemasz im nic potrzebney (czego, ani nic się tak do ich zdrowia nieprzykłada, iako, gdy zaraz z młodu od urodzenia się, świeżym powietrzem żyć i oddychać mogą, zabraniając im zaś tego, zaraz z pierwszych młodości czasow, rosła słabowitemi, do żadney pracy ciała zwłaszcza przycięższej niezdatnemi, a nakształt zimowych szparagow na w wpułzgniłym powietrzu zroslemi, wdalszym zaś czasie przestrzegając tego, by nie zawdy na iedney ręce noszonemi bywały, bo się tak w grzbiecie i pierśiach, iako też w szyi

Ca

zwichną i zkrzywią na iednę stronę, pod-  
 rastające, niezbyt troskliwie chować,  
 ani też mięko i papinkowato edukować,  
 owszem z laty co raz bardziej do ro-  
 żnych czasu i ciała znożenia niewcza-  
 sów przyzwyczać, odziennie dzienne,  
 i nakrycie nocne niech będzie cienkie  
 i lekkie, wolnego powietrza używanie  
 ma im być dozwolone, nie obawiać się  
 latem by ogorzały, bo ogorzelina ciał  
 się nie chwyta na zawsze, ale tylko na  
 krotki czas, kto zaś z natury ma być  
 brunet, czyli smaglawym ten od po-  
 wietrza samego chociażby i w pudełku  
 siedział zesmaglawieie, a nareszcie, mo-  
 żna ie od słońca dostatecznym opatrzyć  
 kapeluszem, w lekarstwa ie, ani zdro-  
 we, ani też chore nie wprawiać, ale ie,  
 przegładzać, myć i czesząc często,  
 kompać w zimney wodzie przynajmniey  
 raz na miesiąc, to im będzie pomocne  
 z wielokrotnym pożytkiem.

DZIAŁ

DZIAŁ II.

*Dospolite sposoby utrzymania  
 zdrowia.*

**K**to zdrowie swoje być sobie najwię-  
 kszym skarbem sądzi, ten pewną miarą  
 pokarmow, i napoiow okryśli, a granice  
 swym namiętnościom, założy.  
 Jadać i pić mamy tylko dla tego,  
 abyśmy w sobie głód i pragnienie uspa-  
 kaili, kto te granice przestępuje, ocie-  
 żałości się ciała nabawia, w takowym  
 razie żołądek tylko gnoi, by też naj-  
 lepsze potrawy, a nie trawi ich, bo  
 wiem każdego człowieka żołądek, pewną  
 tylko miarę pokarmow trawić może.

Dorosley osobie z doświadczenia me-  
 go, dosyć jest na pokarm Dwudziesto-  
 cztero godzinny, mięsa lub rybifunt ie-  
 den, Chleba funt, i inney leguminy lub  
 też Ogrodniny funt, płynnych rzeczy,  
 to jest: rosół z napoielem porachowawszy  
 nie-

niechay na 3. kwarty wynosi, jednakże podług żołądka potrzeby wymagającej, można tę miarę powiększać lub też pomniejszać. — Kto wiele iadać lubi, a to jeszcze potraw sytych, nie trawi ich dobrze, i tylko złemi żołądka sokami napelni ciało swoje. — Lepszy powiadaią jest zbytek iak niedostatek, bo niedostatek ciało wynedza, sok wyniszcza, wszelką wilgoć w ciele zapala, i całego człowieka wędzi, zbytek zaś matym wszystkim przeciwie wady, atoli w mierze życie prowadzone naylepsze jest: Kto się przemorzyl, niechay nie nagle, lecz po trosze odżywia się, z pragnieniem toż samo zachowywać potrzeba. W wieku średnim, lepiej jest posiłek na dwa, lub trzy razy podzieliwszy bierać, niżeli iedną razą żołądek obciążać, niepotrzeba wprzod drugiego pokarmu bierać, dopoki pierwszy nie będzie strawiony, komu by to zaś do większego obciążenia posłużyć mogło, niechayże lepiej za iedną razą obie się, niżeliby miał dwa, lub trzy razy obić się. Odwyknawszy wieczerzy iadać, będzie szkodliwie wracać się nazad do tego zwyczaju. — Z napoiow nayzdrowsza jest dla człowieka woda, i to czysta; bez ob-

czego

czego smaku, i zapachu, a tym lepsza czym lększa. — Napoje z ciepłą wodą sporządzane, jeżeli nieszkodliwemi, przynajmiej nieprzyzwoitemi są zdrowemu człowiekowi, bo piący wodę ciepłą obciąża swoje członki, ospalemi je czyni, rozprzeźwienia, i osłabia żołądek, kizki, więzy całego ciała, żyły i nyrki, a nabawia się kolek, bolenia żołądka, kamienia w pęcherzu, drzenia członków, trzęsienia się głowy, zawrotu, i drzenia serca. — Kawa Arbata, i Czokolata, które z wodą ciepłą sporządzane bywają, niepozabawiają iey tych szkodliwych skutkow, ale owszem je powiększają. Piwo z dobrego siodu i chmielu dobrze uwarzone, gdy należycie wyrobi i wystoi się, niezbyt młode i niekwaśne, nayzdrowszym jest dla ludzi napoim, lecz nawet i to, piwszy go nadto, zwłaszcza na iednym miejscu siedząc, psuje strawność, głowy zawrot sprawuje, i innych różnych wcześniey, lub późniey niemocy nabawia. Wina niepofalszowane i niepopisute, miernie używane ożywiają ciało, lecz nad miarę pite, podobne zbytowi piwa sprawują skutki, które wprzod rozpalają, potem chłodzą, ciało wyniszczają, kwas zamrażają, kamień firy-

strzykanie i bol członkow sprawia. — Z pomiędzy win czerwone, iest w znaczący zoladek Kwaskowate wino, nie tak rozpala, a zaś srodkiem tuczace i piania. Biale wina, aż podstarzawily się, naprawiać się zwykly, ktorych po trozde używać potrzeba. — Gorzalka iest bardzo szkodliwy trunk, sprawia palenie, kruchemi czyni członki, i częsci w całym cieie, wysusza wszelką wilgoc, zrazu rozziatrze i wzmacnia zmysly, potym rozgrzewa zoladek, ale na koncu oslabia wewnetrzne czesci sok zoladkowy gotujace, sprawia trzeszenie, niesmak, ociężalosc, wszystkich zmyslow ociętnosc, do wszystkiego niezdatnosc, i rzadki takowy znajdzie się, ktorzyby statecznie wyrzekly się gorzalki, do niey się nazad niewracal. — Wyrobione dobrze i wystate trunki, Miod Wisniak, Maliniak, Dereniak, Późiomczak, i inne z Owocow i miodu napoje sporzadzane, są gorące a oraz chlodzące, w miare używane zoladkom pomocne. —

Mięsiwa wszelkie posilnieyszemi są niż leguminy lub Ogrodniny, ale też niemniej krew zapalajacemi, a co więkza do tozuzdania zmyslow są wiódące.

dadzemi, zimie nam lepiej dla ścisłości wnetrznego ciepla służyć. latem zaś leguminy i ogrodniny przyzwoitszemi nam są. — Mięsiwa bydla starego i zwierząt, są trudnieysze do strawienia, ale też lepiej niż młodego wzmacniającemi są. — Mięsiwa swoyskie smak łagodny mają, i nie tak zapalajacemi krew bywają, dzikie kruchsze, i latwieyszemi do strawienia. — Tak ptastwo i drob, iako też zwierzyna i bydło, czym dłuźszego do swego wzrostu potrzebuie czasu, tym też twardsze mięso wydaie z siebie, te zaś, które utuczonemi będąc, tłustość swą, nie w łou okolonerek, lecz w oblanu się całym miewają, takowe tym niegodnieyszemi i niebezpiecznieyszemi do iedzenia stają się. — W sadzu wykarminony drob, iest wprawdzie smakowity, ale nie tak zdrowy. —

Z kuchni rosoły i fofy są nayzdrowszemi, ale nie gorąco ie iadając, niezbyt mocne, ani też korzenne, po nich ma swoje miejsce pieczyste nie nadto tłuste, ani chude, nie spalone, ani zbyt wysuszone, potym następną potrawki rozne przy wolnym ogniu gotowane, ale nayniestrawnieysze, i zoladkowi naycięższe ze wszystkich bywa mięso z zup, lub  
bu-



bulionów wygotowane. — Mięsiwa solone i słoniny nie są bardzo zdrowe, ale niezdrówzemi są wędzonki, mięsiwa nie posolone i zaczynające się płowac, sprawnia Febrę, Szkorbut i Maligny, czym twardsze będzie mięso tym mniejszemi kawałkami ma być pożywane, dla dostateczniejszego pozucia go. — Krew zwierząt i drobitu jest niezdrówym, i nieprzyzwoitym ludzkiemu rodzajowi pokarmem. — Masło świeże i niezapłute, tuczy i rozwalnia ciało ludzkie, rozpuszczone zaś albo zapłute kazi żołądek, zapala krew, i do zgnilizny przysposabia, lubo nie tak bardzo iak popłuta tłustość. Syrodki dany jest dobrym mocnemu żołądkowi pokarmem, bryndza jest zapalająca, a twarog strawny. Jayca wszelako gotowane są tuczające bardzo, lecz miękko tylko gotowane są strawne. Ryby zwłascza które nie mają łuski na sobie, są bardzo kłiowate, ryby żyjące rybami są trochy twardsze, atoli wszelkie ryby solone, suszone, lub wędzone, są zawsze podlejsze, nad mięsiwa takowym sposobem urządzone. Wszelkie użyte rośliny na pokarm nie tak są strawnemi iak mięsiwa, lecz za to częstokroć smakowitszemi bhywają, nie są

smro-



smrodliwej zgniliznie podległemi, nie zapalają krwi, ani iey też niezgęszczają, ztąd niesprawiają zapalenia, ani gwałtownego poruszenia w śledzenie lub innych częściach wnętrności. Rośliny wszelkie, które późno dościgają, bywają twardszemi, i trudniejszymi do strawienia, bo się ma i o owocach rozumieć. O całość zdrowia swego aż do wykwintow nieprzyjstoj być wymyślnym, ani też bezpieczną rzeczą jest zbyt dufać swojemu zdrowiu. Umysłu spokojność, agitacya, i mierność, są to trzy rzeczy które nas do czerstwej starości doprowadzają, do ktorej naywięcej po wsiach ludzie przychodzą. Gdy cię co zmartwi, dnia tego, chyba co lekkiego i to mało iedz, strzeż się picia, a staraj się to iak nayprędzey z głowy sobie wybić. W passyę i zapalczywość wpadłszy zimnego napoju iak ognia strzeż się niemniej, wszelkiego trunku, zatopienia się w zamysleniu, iako też wszelkich niestrawnych i tłustych pokarmow, zażyj uśmierzającego lekarstwa. Przestraszywszy się czego uday się na spoczynek, a dla pokrzepienia sił swoich, możesz ciepłej Arbaty, Kawy, lub też szklankę wina dobrego wypić. —

Przy-



Przyuczay się do różney pory czasu, i położenia powietrza. Suche a zimne iest nayzdrowsze, gorące osłabia, wilgotne a zimne, osłabia, zaraża, i foki w człowieku kazi, w powietrzu niezdrówym gdy zaraży i choroby panują, trzeba się ciepło nolić, by przeduchy w ciele ludzkim dobrze parować mogły, oziębiając się strzedz, zbytku w iedle i picciu przestrzegać. — Kto iuż od zimna lub upałów letnych chorował, w takim się pozostała skłonność do teyże niemocy, od ktorey go zachować może suknia przyzwoita czasowi, mierna agitacya, i szczupłość pokarmu i napoju. — Zimą niewychodź z gorącej izby nagłe na zimno, latem o południu z głową odkrytą nie siedź na słońcu, zgrzawszy się nie zastanawiaj się na chłodzie gdzie powietrze ciągnie, sukni nie zrucasz z siebie dla ochłodzenia się, ieżeli chcesz rumatyzmu, kataru, i podwionienia lub Paralizu uycić, ale usiadłszy spokojnie na ustroniu, czekay aż ostygniesz. Poruszenie ciała przyspiesza krążenia krwi, zaostrza apetyt, sen spokojny sprawia, zdrowie konserwuje, ale zbytne i nadzwyczajne mordowanie się, staie się przyczyną rozmaitych niemocy, i sił

po.



pozbawia. — Ustawicznie siedzenie i bezczynność szkodliwsza iest człowiekowi, iak zbytuczna agitacya, bo siły spreżyłość swoię tracą, wżytko w człoku gnuszenie, foki i chumory do skazy dają. ostrości nabywają, żołądka strawność słabie, ciało ocieźale nabrzmiewa, i tłustości iak nałaney nabywa, a kto do tego ieszcze miary w iedzeniu i picciu przebiera, passyom swoim pozwala, namiętnościom dogadza, tym bliższym schyłku zdrowia swego znajduie się, nagłe także z bezczynnego sposobu życia do pracowitego przechodzić, iest rzeczą niebezpieczną. — Po lat trzydziestu uymuy sobie iadła, bo iuż ciało i kości w mierze wzrostu stanęły, iedząc bowiem nad potrzebę będziesz tłustniał, a tym samym, foki w ciele twoim nad potrzebę zgromadziac, do zgnilizny przyprowadzisz, zkad widziemy że tłusty i twardego ciała rzadko długo żyie, zwłaszcza gnuśne życie prowadzący lub głową tylko pracujący, co atoli ma być po dług strawności żołądka i agitacyi miarkowano. — Biegać, skakać, borykać się dzieciom byle, nie nad siły dozwalac można, to im służy do wzrostu ciała, i nabycia mocy, byle tylko uzamotawszy się



się nic zimnego nie piły, lub się nagle nie chodziły, takowa iednakże agitacya słabowitym, delikatnym, chorowitym i do płynienia krwi skłonny, szkodliwaby była. — Parowanie ciała koniecznie jest potrzebne, ktore utrzymywane bywa poruszaniem ciała, i pracą, pod miernym nakryciem przy spokojnym śnie, wstrzymuje się zaś, przez strachem boiaźnią, i oziębieniem się. wszelka rzecz krew burząca i oneż rozpalająca, pomocna bywa do utrzymania parowania. Strzeż się potu gwałtem z ciała swego wyciskać, albo już płynący zatrzymywać, ale małz się starać przyczyny tak potu, iako też i zatrzymania jego uprzatać. Potu w niektórych tylko częściach ciała znajdujacego się, iako to w nogach, pod pachami, i w rękach strzeż się zastanawiać, bo lubo on naprzykrzonym i niezbyt ochędożnym zdaje się, ale ciału bardzo pożytecznym bywa, pot dobrowolny bywa pomocnym i szkodliwym, czyni on lekszym człowieka, ale słabszym, zbytne zaś i przedłużone pocenie się niszczy, i wytrawia człowieka. — Ktorzy z ziębionego potu, lub z nagłego wstrzymania parowania cierpieli, już łamanie w

ko.

kościach, scyatykę, zarażenie członków, zapalenia, i gorączki, a uleczonemi z nich zostali, skłonność w sobie do tych niemocy noszą, od czego ich uchowa, trzymanie zawdy ciepło i sucho nog swoich. — Ludzie ktorzy słabowitey żył suchych osnowy bywaią, cierpią naysęściey uciążliwość od wilgotnego zimna, bo to ciepło przy piecu, nacieranie się flanelą, i przyspieszenie parowania, obfitym ciepłej arbaty używaniem, nayslepszym bywa im lekarstwem. — Biegunka czasami bywa na zdrowie, ktorą się przyrodzenie od wiela złego oczyszcza, wstrzymywanie iey byłoby rzeczą szkodliwą, ale po trzech lub czterech dniach, zwłaszcza gdy bez bólu bywa, przy dobrym apetycie, zastanawiających lekarstw można będzie użyć, pod bytność zaś oney potraw tłustych, mięsa, i Piwa strzedz się przynależy, pod czas agitacya po stołcu odprawiana pomaga na nię, i znosi ją. — Twardosc stolca przy zdrowiu, jest własna nayszdrowszego żołądka ludziom, i o mocy ciała upewniającym znakiem, potrzeba iednak zimnym napoiem, lub pożywaniem Owocow przyspieszać go, bo mo-

ze

że się w zatwardzenie obrocić, stolec rzadki, i zbyt miękki, albo jest z niemo-  
cy kiszek, i niestrawności żołądka, albo  
też w niższej części ciała słabości pocho-  
dzącym. — Gdy komu stolec, o zwy-  
czayney porze nieprzypada, a zatwar-  
dzenie uczuć się daje, trzeba się wstrzy-  
mać od mięsów twardych, chleba świe-  
żego, legumin ciężkich, na noc zaś za-  
żyć preparowanego winnego Kamienia,  
Kremortartary zwanego. Cholerycy mają  
być nad innych na swe stolce baczniey-  
szemi. — Uryna w zdrowym ciele być po-  
winna koloru kromiatego, a czasem wyż-  
szego, po obfitym zaś picciu, bled-  
sza a obfitsza, po spoceniu czerwonawa,  
a przyskapsza, zawdy czysta, a postawszy  
cokołwiek, obłoczek mieć powinna. —  
Gniew lubo do sprośnych namiętności  
należy, atoli czasem pomoc może do  
zdrowia, w ciałach ociężałych, i gnu-  
śnych, dodawając im pomocy i ognia, kto-  
ry im stanie za lekarstwo tak iak i śmiech.  
Jako namiętności zbytniego iędzenia i  
picia rozpędzają sen, lub mu przeszkadza-  
ją, tak przeciwnie zhyteczne czuwanie,  
ciało, wytrawia i zdrowie osłabia. — Sen  
zdrowy powinien być spokojny bez ma-  
żenia się i utrudzenia umysłu, który  
sily

siły pokrzepić, a ducha ocucić jest zdol-  
ny, zbytnie ospaływo gnuśnym czyni i  
głupowatym sprawnie. — Sny gwalto-  
wne, lekliwe i niespokojne, iako też  
częste przebudzanie się śpiącego, są zna-  
kiem ukrytey lub tuż wybuchnąć mają-  
cey choroby. — Nie kładź się spać na  
takowym miejscu, ktorędy powietrze  
ciągnie, bo ci swą zimną wilgocia za-  
szkodzi, ale będąc zdrow przywykaj pod  
lekkim nakryciem sypiać w zaciszu, pie-  
rzyny bowiem i piernaty wyciskają pot  
z ciała, i słabości nabawiają, sen polu-  
dniowy ociężałości ciała i gnuśności by-  
wa przyczyną, krew do głowy zgroma-  
dza, przeto się go strzedz potrzeba, gdy  
ci się zaś na sen zabierać będzie, na-  
tychmiast wychodź na przechadzkę aż  
ominte, po wieczery zaraz iść spać  
jest także niezdrowo zwłaszcza ludziom  
wieku szredniego. — Kto niespokojnie  
sypia, niechay na noc nic nie iada, chy-  
ba trochy rosolu lub iarzyny, i nic nie pija,  
chyba szklanke zimney wody, i na zi-  
mnie niechay sypia. — Przyzwyczajac  
trzeba dzieci, żeby wszystko iadały, a  
le je nie przymuszac do tego, bo znaj-  
dują się takowe natury, że nie konieczne  
wszelką strawę iadać mogą. — Nie przy-  
D

zwyczaj dzieci do trunkow, woda dla nich jest przyzwoita, nie dawaj im wódki, bo ona dorosłym nawet jest truciźna.— Czuiesz niesmak i niechęć do iadła, znak to żołądka pełnego, wstrzymajże się od iadła, wypoczniej sobie i żołądkowi, nieprzymuszaj go nad siły jego, bo to nierozumna jest, ale przegladzając, wytraw się, nie jedz poki iść możesz, ale do poki ci smakuje, bo obzartym zostaniesz przy gnuśności ciała i ośpieniu umysłu. Ten zaś kto wiele i ciężko pracuje, niech także wiele i sytych pokarmów zażywa. Szynki, wędzonki, i pekesleyz, czyli solone mięswo, niechaj iadają mocni i młodzi ludzie, nie zaś wypracowani, starzy, słabi, wyniszczeni i siedzeniem nie ustawnie bawiący, bo sobie tym żołądek zepsują.— Kto do kwasnego, lub gorzkiego odrzucania, i do zgagi skłonny bywa, niechaj nie tłustego, nie smażonego, ani legumin nie iada.— Zbytne ledzenie Sliw, Poziomek, Agrestu, winnych gron i tym podobnych Owocow, odmieć ci żołądek i innych cię niemoc, nabawić może, bo wszystko chociaż zdrowe i smaczne, zbyttem iednakże używane zaszkodzi.—  
Bądź sobie sam Doktorem, gdy wiesz że

ci co nie służy, nie iaday tego, lub nie pijay.— Zgrzawszy się przy iakowej pracy, można dla ochłodzenia się iść Maslankę, mleko, lub przyprawną fałatę, które pokarmy chłodzą i posilają, lecz oboje razem iść, nie ze wszystkim bezpieczna.— Jeżeliś żołądek przeładował, nie pij wina, bo to rzadko do strawności pomaga, owszem części oney przeszkadza, ale pij wiele arbaty, a tak wypłuczysz żołądek.— Na tłuste i słodkie potrawy, nie pij wina bo nie służy.— Staremu i słabowitemu, służy stare, wyśtałe, i lekkie wino.— Gdy postrzeżesz po sobie iakowe znaki ku chorobie, strzeż się każdego trunku i żyj miernie. Zbytne dogadzanie lubościom ciała, tak zbyt młodym, iako też i starym, a przy tym słabowitym, aż nadto szkodliwie bywa, bo im ciało oziębia, wysusza, wyniszcza, drzenia członkow, bólow w stawach, w pęcherzu, łamania po kościach, i innych niemocy nabawia, mierne zaś tegoż i w przyzwoitym wieku używanie, orzeźwia ciało, hipokondryę, i śledziony niemoc oddala, febry nawet odwraca.— Kto wody mineralne dla ukontentowania tylko bez potrzeby zażywa, wprawia swę ciało w złę dyspozycye humorow.— Ty-

tionu ciągnięcie sprawia obfite spluwanie śliny, któreby bardziej oszczędzać przynależało, bo ta pomaga ho strawności i tuczy ciało, wypluta zaś, osusza go i wytrawia, co najlepiej na chudeławyeh poznać się daie, pamięć przystępnia, i suchym żyłom tytion jest szkodliwy, sprawia naturalną tęskność, i w śledziony niemoc wprawia, z tym wszystkim, kto się w kurzenie tytionu wciągnie, jedyną w nim swoje pokłada zabawę, podobnie by piinak w trunku. — Tabaka z tegoż ziela sporządzona, ma równaż lubo nie tak na oko znaczną własność, do tego i wdech odeymuie. — Słodczy snu, sam tylko bezinteresowny, miernie żyjący, zdrowy, i przestający na swej doli, chociaż i na twardym łóżu, pracowity zażywa gospodarz, przeciwnie zaś, nieznałą oney proźniacy, ani w pożądliwościach swoich zatopieni ludzie, którzy, większą część czasu, leżąc, na nudzeniu się i troskach martwiących ich przepędzają. — Ospalcy czas snowi wyznaczony uprzedzają, czym gnoją w sobie krew, dla człowieka bowiem zdrowego, snu godzin 6. w miarę, 7. dosyć. 8. nadto.

DZIAŁ

DZIAŁ III.

*Jak zapobiegać chorobom.*

**N**IEKTÓRE choroby pochodzą przez się z powierzonych przyczyn, to jest: z oziębienia, z szkodliwych i niestrawnych potraw, z zarażenia się od drugiego, z otrzęsnienia się, z upadku, z skałeczenia lub zaskalenia się, i tym podobnych więcej, a te nazywają się powierzchownemi przyczynami. — Wewnętrzniemi zaś przyczynami są, skaza wnętrnych części, lub zepłucie sokow ciała, czym wszystkie czynności jego ruynując, iedne choroby z drugich wywodzą, iak suchoty od płucia krwią, womity od zatwardzenia lub popfucia żołądka, krwią żyganie od zerwania żyły, kolka fałszywa od jadowitey materyi, i inne różne z Rodzicow sukcesyonalnie nabyte. — Choroby z Rodzicow sukcesyonalnie zaciągane w dzieciath, są to kary, których sku-

skutki nienależące do uczestnictwa występku Rodzicielskich dzieci, wraz z Rodzicami ponosić muszą. — Zkąd Rodzice jeżeli prawdziwą miłością dzieci swoje kochać pragną, niechaj się wystrzegają tych przyczyn, których skutki niefortunniemi ich, i dzieci z nimi na całe życie uczynić mogą. —

Jako tedy złe i wkorzone namiętności wszelakie z siebie zbrodnie wywodzą, tak też z tych popełnionych, choroby znowu łatwo wynikają, zwłaszcza przy sprzyjających im okolicznościach, które to okoliczności na sześć przyczyn główniejszych dzielić tu będą. — *1wsza.* na Powietrze. *2ga.* Jadło i picie. *3cia.* Poruszenie się i spoczynek. *4ta.* Namiętności. *5ta.* Sen i czuwanie. *6sta.* Wypóźnienie. —

#### o Powietrze.

**P**owietrza własności jest kilka, które stać się człowiekowi szkodliwymi mogą, to jest: zimne, gorące, popłute, nieczyste, i iadowite, zimne powietrze dzieli się na suche i wilgotne. — Suche zimno jest najzdrowsze, umacnia całe ciało z żyłami, i strawność sprawia,

wuie, połnocny jednak i wschodni wiatr zbyt zimny i mrozący, bardzo swym przerażającym zimnem szkodliwy jest, zwłaszcza mającemu cienką odzież, lub nieostrożnie się na niego narażającemu, iako też i temu, który dla opatrzenia się przeciw niemu, gorzałką się upił, nad którą iednakże w tym razie niemal nic niebezpieczniejszego, która przez nagłe zburzenie krwi, nieznacznie człowieka w sen wprawia, sen zaś na zimnie śmiercią się kończy. — Zamiast ktorey ciepłym piwem, lub winem, albo też rosołem zagrzałszy się, udać się w drogę możesz, w tej gdyby ci zimno dokuczało, iscie krokiem sporzym od niego cię obroni. — Zimno wilgotne nierownie szkodliwsze jest niżeli suche, z tego pochodzi wiele chorob, iako też wszystkie rodzaje Katarow, sypek, kaszlow, bolenia gardła, bole głowy, fluxyie, febry, zębów i uszow bole, nabrzmienia różnych części ciała z bolami, ograżki, stracenie apetytu, całego ciała niesposobność iak po zbiciu, bol krzyża i stawow, strzykanie w członkach, Scyatyka, kolka, biegunka, zatkanie i Paraliz. Atoli żyjący pomierzenie i trzeźwo, sił swoich oszczędzający, zby-

zbytnie się nierozgrzewający, niepowinni się pomienionych skutków zimno-wilgotnego powietrza obawiać. — Rozgrzewszy się mocno, lub podpiwszy sobie dobrze, niewychodź rozebrany dla ochłodzenia się na zimno wilgotne powietrze, gdyż sobie tym mocno zaszkodził, bo pot występujący na wierzch, zimnem nazad wpędzony w ciało, i tym zaciśnione potne dziurki, gwałtownie humor ten który miał wyjść potem, wpędzią w jakąś część ciała, ten osiadłszy w niej, sprawuje fluxye, suche bole, łamanie w kościach, i stawach, lub odcięcie władzy, w członku jakim, lub części ciała. Te zaś choroby nie mogą być inaczej uleczone, tylko używaniem ciepłych, i pot wyprowadzających lekarstw, zażycie na wymioty cudowne prawie w tym razie czyni skutki, bo wyrzuca ostrość w wnętrzościach osiadłą, suche żyły i nerwy obrażającą, i z całego ciała mocą usiłowania i wstrząśnienia, przez pot, szkodliwą ostrość uprząta, złe to, tylekroć się powiększa, ilekroć się na nowo człowiek oziębia, bo każdy niedołączny od wszelkiej przygody i przykrego powietrza, wedwoynaśob nagabywanym bywa, ztąd łatwo się domyslać mo.

można, że ci którzy Głowy ból, fluxye, łamanie po członkach, i tym podobne cierpią niemocy, musieli być kiedyś w jawnicach, Kościołach, lub zimnych ustronach, temi bólami i gorączkami zarazieni. — Nie koniecznie zaś tylko w pomienionych miejscach zarazy być można, ale nawet w domu, aż nadto łatwo, przytrafić się może; naprzykład: na Wiosnę gdy ciepłe poczyna, zamroz z ścian wyszedłszy, wilgoć utrzymuje, w izbie zaś gdy będzie gorąco, aż do upocenia się napalono, trafi się wyjść nagle, okno w sieni otwarte załtanie się, lub pomimo okna, powietrze niby wiatr ciągnące przez długą ścież, lub inne do tego sposobne miejsce, nagle owieje Człowieka, w tym zaraza Paraliżowa, Rumatyzmowa, lub katarowa: temu głowę, szyję, temu rękę, nogę, lub inną którąkolwiek część ciała odeymuje, aliboliteż suchotami nabawia, że temu wszystkiemu wilgotne zimno przyczyną bywa, pokazuje się ztąd, iż też same niemocy napadaia, zmordowanych i zagrzanych, gdy się nagle zimnego naplią napoiu, lub nagle w zimney kąpieli skąpia. — Trafili się komu, tym lub owym sposobem oziębionym zostać, niechay się natychmiast przy ciepłe rozgrzać jako

nayprzedzey stara, popijaiac Arbaty ciep-  
pley, by nazad potne dziurki, otworzo-  
nemi zostawszy, parowanie przywro-  
cily.

Szkodzi takze nie malo gorace po-  
wietrze, gdy od słońca tak rozpalone be-  
dzie, że w gwałtowny pot i z sił opadnie-  
nie człowieka w prawia, bo słońce paląc  
dlugo i prosto na dol, psuie soki ciała,  
niszczy całą osnowę jego, roziątrza,  
zapala, krew do przedszego krążenia po-  
pędza, ztąd powstaje pot, pragnienie,  
omdlalosc, i żółty kolor na twarzy.

Choroby letney pory trzymajace  
się, pochodzą nayczęściej, albo z zepsu-  
tey żolci, albo też z zepsutych sokow  
żoładka lub wnetrzości, z tych cholera,  
zgnila gorączka, żolciowa gorączka, Dys-  
senterya, biegunka, czarne lub zielone  
womity, i febry.— Można tych niemocy  
łatwo ustrzedz się, unikajac gorących  
i zbyt zimnych napoiow, a zapociwszy  
się, nie zaraz się rozbierac.— Jeżeli są  
nocy chłodne, potrzeba się ciepley odzie-  
wac, mieśa niewiele iadać, ale tym  
więcey owocow i ogrodnin, zwiastcza  
gdy się zaraza naprzykład Dys-senterya  
inż daie słyszeć, i lubo nieznacznie, szk-  
dzi atoli bardzo wieczorny chłod, po

par.

parnym dniu następujący.— Mniema-  
nie to: że ludzie iedząc Owoce, dosta-  
ją od nich Dyssenteryi ztąd się zawziąć  
musiało, że gdzieś pod ow czas trafiły  
się przypadkowe dyssenterye, gdy owo-  
ce naybardziej zrodzily, i wnoszono so-  
bie omylnie, że tey niemocy Owoce  
przyczyną być muszą, tym łatwiey, bo  
pod zmyśły im podpadały, gdy istotną  
tey choroby przyczyną, chłodne powie-  
trze było. Czyliżby to przystało nay-  
łaskawszemu Stworcy, by na naszą zgu-  
bę miał dawać urodzaje Owocow, (niech  
ta myśl w nikim niepostoi) i owzem  
iako naymędrszy, dodaie owocow wte-  
dy, gdy ich naywiększa potrzeba do ra-  
towania się niemi, od zaraz i chorob  
ukazuje, owoce bowiem swym kwaskiem  
i chłodzącą siłą sprzeciwiają się pło-  
waniu się sokow, i można ie słuznie  
mieć za lekarstwo przeciwko nim, bez  
nich gorace kraie Włochy, Hiszpanią,  
i inne, gdzie Cytryny i Pomarańcze ob-  
ficie rolną, zarazami wkrótce spustofza-  
łyby, u których owoce są prezerwaty-  
wą w lecie, a lekarstwem pod czas upa-  
łow.— Atoli obiadłszy się kto owocow,  
gdy się ieszcze do tego waziłbi, łatwo  
dostanie dyssenteryi.— Które to ozięb-  
nie

nie się, i w naywiększe upały przytra-  
fić się może. — *11te.* Po znaczney pra-  
cy, albo zmordowaniu się, zrućwszy  
ludzie gdzie w chłodzie siedząc, który  
wtedy najmiłszym zdaie się. *2gie.* Dla  
dogodzenia sobie pod czas wielkich upa-  
łów, stawiając na tych miejscach, któ-  
re dy powietrze zimne ciągnie, lub idąc  
do lasa gdzie się zazwyczaj wilgoć trzyma,  
i tam położwszy się na trawie dla  
wypocznienia, lub zdrzymania się na ia-  
ką chwilę. *3te.* Spociwszy się przewdzie-  
wać kofzulę, lub do piwnicy dla ochłod-  
zenia się poszedłszy, aż do ostygnię-  
nia zostawiać, łatwo ztąd mdłości, pa-  
ralizu, śledziony, żołądka, i kiszek bo-  
lu nabawić się można. *4te.* W Sierpniu  
nadewszystko, gdy już nocy chłodne i  
zimniejszy bywają, w kofzuli przecho-  
dzić się po dworze, lub po ogrodzie,  
albo lizeż otworzywszy drzwi, lub okna  
spociono stanąć na przewiewającym po-  
wietrzu, można temi i tym podobnemi  
spofobami wierzod lata nawet oziabić się.  
Będzie zaś nierownie, dla uniknienia kto-  
rego z pomienionych niebezpieczeństw  
zagrzawszy lub zapociwszy się, cierpli-  
wie i spokojnie w sukniach na ustroniu  
oczekiwać, aż potne dziurki zwolna po-  
zawie-

zawierawszy się w ciele, od gorąca i  
parowania cie uwolnią. — Można dla po-  
silenia się w gorącu, wypłukać gębę zim-  
ną wodą, lub przekąsić owocow soczy-  
stych, niechay nam przykładem będzie  
bydło, którego zgrzanego nie poiemy,  
i gdy go się napawa to przerwano się  
mu pić dale. Niechayże, i nam ta nau-  
ka służy za prawidło w gorącu. — Nako-  
niec złe powietrze, i zaraźliwe bywa,  
gdy się napelni wyparami z ciał choro-  
witych na różne choroby, Maligny, i  
inne zaraźliwe niemocy parującemi, gdy  
zaduchami z bagnisk, błot, jezior, wyle-  
wow wod, z leżącego po drogach ścier-  
wu, z gnoiu ludzkiego i bydłowego na-  
pełnionym zostanie, ztąd to niektórych  
lat powietrze morowe, i choroby zara-  
źliwe panują, bo każda zgnilizna, i ze-  
psuta rzecz, wypuszcza zaduch iak pa-  
rę z siebie, ta napelnia powietrze, mie-  
sza się z nim i psuie go, o toż to przy-  
czyna, że poniekotorych Kraiach pewne  
choroby, regularnie oswoione, i iak do-  
mowemi bywają, gdy o tenże czas in-  
ne Kraie przyległe wolnemi od nich zo-  
stają. — W takowym razie, gdzie zara-  
za panuje, ująć sobie wszystkiego, ści-  
śle życie prowadzić, z zarażonemi obco-  
wania



wania wystrzegać się. — Także nie mało pomagają do zarazy, małe i niskie chałupy, gdzie wielu ludzi w jednej izbie mieszkać zwykło, z wyparów i zaduchów ludzkich, napelnia się powietrze, przez zamknięcie izby pnie się, staje się iadowitym i zarazającym, tam ludzie zaczynają chorować, dla czego nierozłądnie tym bardziej izbę od wiatru zamykają i opatrnią, zaraza gorę bierze, z chorego wedwoynasob parowanie powiększa się, kładą się i inni, parowanie wzmagają się większe, maligny, łożnice, i biegunki gorę biorą, z chorych uryn, i stolców zarazliwe powstają zaduchy, czym nawiedzający chorych, i usługujący im, zarażają się, zle się powiększa, zaraza się rozchodzi, ztąd smrod, a dalej powietrze następuje, a przecież w początkach, łatwo przewietrzeniem się, i izb otwieraniem zabezpieczyć było można. Z teyże samey przyczyny, umiera wiele dzieci w ospie, która swą własnością zaraża, i nieczystym czyni powietrze, tym bardziej tam, gdzie dwie lub troje, w jednej małej i niskiej izdebce, na nią chorujących leży, dla doświadczenia, uchylić koldry, czyli nakrycia na ospę chorującego, a zobaczyć mo-

można iakowy smrod z pod niej uderzyć, w takowym smrodliwym zaduchu, muszą mizerne chorujące dzieci leżeć, którego smrodu połowa hazard w ich ciała wracać się musi, potami tedy, lub słabym dobrowolnym parowaniem przez skurę z ciała, z uryny i z stolca, zapaskudzić się powietrze w izbie może, a jeszcze bardziej tam, gdzie niechluiowało żyją, ze urynałów i stolców zaraz niewynoszą, ztąd cierpieć musi tak chory, iako też i usługujący onemu, tak inni mieszkańcy tej izby, iak Doktor, i Xiądz, którzy chorego odwiedzają, bo wszyscy tą nieczystością, tą zgnilizną zmieszaną z powietrzem, oddychać muszą, a tak chory, który już wielą zepsutych chumorów miał w swym ciele, na nowo ciągnie w siebie nową podniecie z tego z chorobą i zarazą. — Czemu zapobiegając, potrzeba się starać iako najprędzey naprawić powietrze, wszelki odchod chorego natychmiast wynosząc, przewdziewając mu często kołzulę, a przescieradła, i wilgotne poślanie, susząc i odmieniając, otwierać okna, dla wpuszczenia do izby, świeżego i czystego powietrza, a wypuszczenia zarazliwego, otwierać zaś tylko jedną kwaterę.

re i to onęz ukos trzymając, a jeżeliby był wiatr, to okno czym załonić, lub też otworzyć i drzwi, a tak się wiatr, nie na chorego, lecz do drzwi obroci. Wykadzać izbę zwłazcza jeżeli dla iakowych przyczyn, okna otwierane być nie mogą, lub niemogąc świeżego powietrza dla chorego wpuszcic, można iakłowcem, lub iakłowcowemi trzaskami kadzić, na węgle lać ocet, aby się wykuzyl, rowneyze pomocy i predkiey, zapaliwszy prochu trochy, który wielką odmianę w powietrzu zwykły czynić, zżywać można. —

#### o Jedzeniu i Picciu.

Jadając dobrze sprawiedliwiebysmy zład być powinni zdrowemi, ale dla przedładowania żołądka, i niedobrych własności potraw które pozywamy, chorować nacyzęściey zwykliśmy. — Między szkodzającemi zdrowiu ludzkiemu potrawami, rachuią się wędzone mięsiwa, Jarzyny wszelkie, co się w strączkach rodzą, niewyruszony, niewypieczony, ciepły chleb, i niedoyrzawe owoce. — Mięsa wędzonego, osobliwie sedentaryą się bawiający, Hipokondryacy, do osfrości krwi, i ody-

i odymania skłonna strzedz się maia, które gdy będzie bardzo wysuszone i zeschte, a do tego zbyt stłone, ostrym i niezdrowym nad zamiar staie się pokarmem. Pekefleyfzu można przedzey pożywać bo się łatwiey sol z niego dawypłukać. — Nayzskodliwszą rzeczą iest przestarzała kwaśna kapusta, która dawnością swoją tak zwykła kwaśnieć, że iey iuz prawie iesc nie można, i gdy ieszczę z wędzonką ugotowana będzie, tym bardziej złe powiękzone gorszym się staie, bo kwas kapusciany krew zaraża, soki żołądkowe w ciełe psunie, i sam żołądek wyniszczą. — Jarzyny w strączkach się rodzące, są osobliwie tym szkodliwemi, którzy albo z natury słabowitego żołądka, albo też zdrowiamizernego bywaią, wiele siadaia, lub którzy dopiero z choroby powstaią, i tym którzy blado albo nabrzniato wygladaia, przeto nie służy tym, którzy siedzący na chleb zarabiaia bo ich odymaia, staią się im flegmistą i twardą strawą, zatykaia wewnętrzne naczynia, srawuia zatwardzenia, iadaiać ie zwłazcza przez czas nie mały i wiela, z tychże przyczyn, dostae wielu z częstego pożywania kartofli, zatkania kizsek w dol-

ney części ciała. — Potrawy mają być podług wieku, zdrowia, sposobu życia, i sił każdego obierane, starzy i wypracowani ludzie, niechaj miękkie potrawy iadaią, a wieclin, wędzonek, i solonego mięsiva wystrzegają się, bo oprócz tego: Starość do mnożenia chumorow, sama przykłada się, toż samo ma się rozumieć o leguminach, między ktorymi wielka różnica zachodzi, iedne z nich są lekkie, miętkie, pożywne, drugie zaś ciężkie, tłuste i nie zdrowe, do miętkich ściągają się nabiałowe, z iay i pszenney mąki robione, czarna mąka czyni potrawy zakalistemi, słabe żołądki trawić iey nie mogą, tłuste na smalcu smażone leguminy, bywają ciężkie, iako też mąki i siemiona zagorzniaste. — Wielu błędnie sądzą, że sobie potrawy tym lepszymi uczynią, gdy ie tłustością poleją, ale tym staia się im obrzazgliwzemi, cięższymi, sprawującemi im, pragnienie, gorycz, odrzucanie się, palenie, zgagi, morzyka, i twardość żołądka, zamiast mąki, lepiej wziąć na mleku lub wodzie rozczynianego, a dobrze wypieczonego pszennego chleba. — Sol jest to korzeń, który miernie wmiieszany w potrawy, smaku im dodaje, i do

stra-

strawności pomaga w tym mieyscu błędzi wielu tak uczonych, iako też i nieuczonych ludzi, z ktorych iedni niechaj wcale Soli, aby wszystko siodko gotowano było, a to obawiając się ostrości w swą krew wprowadzenia (osmiechu godny przesąd) drudzy zaś osobliwie piiaczy, lubią siono bardzo iadać, ktorym zbytnia słoność czyni potrawę ostrą, wzbudza pragnienie, iatrzy żołądek, psunie krew, wyrzuca na skurę liszacie i krostki, przyprawia o słone fluxye, słąposć zaś soli czyni iadło niesmacznym, hamuje strawność, niedostarcza naizey krwi soli ile ona iey potrzebuie, i fleganę mnoży. Sledzie i inne bardzo solone Ryby, mają być wcale z używania wyrzucone. Mallo, mięso tłuste, potrawy tłuste, tym ktorzy zbyt tyia, ktorzy na hipokondrya choruią, ktorym się często odrzuca, i ktorych zgaga palby, są niezdrowe, tłustość tuczy, pomnaża żółć, oneż zgęszcza i zasfrzaj mocnego żołądka potrzeba, by ia należycie mógł strawić, wszelako chleba z maseim zwłascza młodym jest zdrowym, bo mallo świeże jest nierównie zdrowszem nizeli, przetapiane. — Wszelki stary a tłusty syro, jest oleiowaty, ostry, i dla

E a

tęgo szkodliwy, świeży, a miękki, łatwiejszy jest do strawienia, ale i tego widać zażywając, zamula żołądek i zaległ go, słabym jeść go wcale nie należy. — Kminek spędzi wiatry, toż czyni cybula, rzadkiew, anyż, i inne, ale coż potym, kiedy je też same strawy pomnają, należy się tym, którzy są skłonni do odymania, onych wystrzeżać, chleba z kminkiem lub anyżem, by kulek niedostali nie iadać. — Choroby, które słone rzeczy, strączkowate jarzyny, i wędzonki sprawiają, nie zaraz się uczuć dają, pomału się zbierają, i niby tleją, czasem już mając wybuchnąć, iakowemś przeciwnymi przyczynami, bywają wstrzymywane, i przyduszane, aż gdy do tego podają iakowa namiętność, sposobność, naprzykład: gniew, umartwienie, pijaństwo, wtedy mając wszelką łatwość, gorączka, ochłonięszy obala człowieka. — Owoce latem są bardzo wygodne, pragnienie gaszą, ostrość łagodzą, wolny stołek utrzymują, zgestniałe z gotąca soki, i żółć rozwalniają, stają się prezerwatywą latem w Miesiącu Lipcu i Sierpniu, przeciw panującej cholérze, można wtedy porzuciwszy mięsiwa wszelkie, owocami, czę-

częścią surowemi, częścią gotowanemi utrzymywać się, bo są pokarmem iednym z najzdrowszych, niektóre z nich można na słońcu posuszyć, inne w piecu, lub suszarni, byle z wolna, opatrzyć się w nie znacznie, jest rzeczą dobrą tak zdrowym, iako też i chorym, bo nawet sos z nich wygotowany, jest wielkich skutków w gorących niemocach. — Należy także nawet kuchenne przykładać się wiele do chorób ciała, jeżeli miedź nie będzie dostatecznie wybielona, lub też pobiała z niej wytarta, potrzeba się strzedz w nich nadewszystko kwaśnych rzeczy, ośtu, owoców, i tym podobnych gotować, ale owtzem natychmiast dać ią do pobielania, mniej bowiem kosztować będzie pobielenieoney, niżeli Apteka i Doktor.

Szkodliwe i niebezpieczne bardzo są dla ludzi grzyby, lubo niektóre iadać można, iednakże ich jest więcej iadowitych. — Co się trunków tycze, wino jest dla ugaszenia pragnienia dobre, ale woda ieszcze lepsza, bo ma te wszystkie własności w sobie, które takowy napoy mieć powinien, woda chłodzi, odwilża, miesza się z wszelkimi potrawami nieprzeszkadza strawności, i łatwo od-

cho-

chodzi uryną, wino grzeje, którego rozgrzanie rozprasza rozładek, pobudza do gniewu, dotkliwemi, i obraźliwemi nas czyni. — Zbytнім picieŃ oblewa się żołądek, flakowacieie i osłabia się, całe ciało tęgość utraca, kiszki i żołądek rozjątrzaią, ztąd burzenie się humorow, z tych: goracość, i żwawość, pochodzi, ale też każde przeciw przyrodzone rozjątrzenie, osłabia żyły, i osnowę całego ciała, ztąd: słabowitość, niechęć do wszystkiego, trzęsienie się, niespołobność do niczego, po wyszumieniu się morzenie z oschłością zmieszane, znouu do nowego picia pobudza, a tak: gdy najprzed żołądek i soki jego, a nakoniec cała krew popsuje się, i z wodą w trun-kach znajdującą się pomieszza, wszystkie soki w całym ciele zwodnieją, osnowa ciała wietką się staje, z wiotkości i wodnistey krwi, następnie puchlina zaskur-  
na, a to najprzed od dołu. — Ale niedo-  
fyc na tym, bo kto niedostanie puchliny, tego jedna z tych chorob nie minie, albo obłypanie twarzy, nabrzmiałość ciała, i onego kolor iak nalany, albo stracenie apetytu, albo łamanie w kościach, scya-tyka, kamień w nerkach i pęcherzu, trzęsienie się rąk, osowiałość twarzy, zle-  
cie-

czenie z oczów, i czerwoność onychże, duszność, dychawica, i zamulenie wne-  
trznosci, a coź mowić o chorobach ki-  
szek, swarach w domu, lekomyślnościach,  
ażardach, napaściach, zuchwalstwach, i  
tym podobnych. — Wodka jest bardzo  
ognisty, ściągający, osłabiający, wyfu-  
zający trunek, który nierownie więcej  
zabija iak wino, naley wodka na ranę, do-  
świadczyz iak pali, iak zciąga do kopy,  
a dosyc do poznania iey skutkow. — Le-  
karstwem bywa wodka w niektórych zo-  
ładka dolegliwościach, ale nie we wzy-  
stkich, oczym się radzić potrzeba Do-  
ktora, na odęcie i wiatry nieśluży, chy-  
ba bardzo rzadko, a to, gdy pochodzić  
będzie, z osłabienta suchych żył, lub in-  
nych słabości, zdaie się czasem że po-  
maga, ale te iey dobre skutki nie trwa-  
ją długo, ztąd poznać można że nieślu-  
ży, bo lekarstwo ktore w słabości po-  
maga, trwało pomagać powinno. — Co  
się tycze Piwa, to jest mniej szkodli-  
we nad inne. ale i to od własności Pi-  
wa zawiśło, białe Piwo jest najzdrow-  
wsze, ciemne jest mocniejszy, ale to  
nie wszędzie iadnakowo, bo go różnie  
robią. — Zbyt tłuste i gorzkie Piwa, i  
te ktore po picciu, oschłość i pragnienie  
Spra-

sprawia, są szkodliwe, najszkodliwsze jednak jest szumiące, które niewyrobilo, bo suchym żyłom, i osnowie ciała szkodzi, które w głuchotę, bole, odjęcie, i kolkę wprawia. Dobrego Piwa własności te są, łagodność, tłustość, smakowitość, nieroziątrzaiące, i pragnienie gaszące, z przesadzzonego czyli przesufzanego siodu, pali, i oschłość sprawia, zbytne piłane Piwo, bol głowy najczęściej z tyłu i ociężałość sprawia, a częstokroć, gorzey szkodzi iak wino lub miód.

*o Agitacyi i Spoczynku.*

**P**oruszenie się wzmacnia ciało, zdrowia przyczynia, ale zbyt długie i gwałtowne zaszkodzić może, choć nie teraz to potym. — Pospolicie szkodzi młodym, krwistym, i słabym, u których nie będąc ieszcze dosyć mocne więzy, do utrzymania krwi, ztąd krwią pluciu, lub płynieniu, paraliżowi, i duszności podlegaćby mogli, sama krew przez rozgrzanie się, i gwałtowne iey krążenie, przez wyparowanie z niey potem wilgoci, gęstnienie, ostrą i do zapalenia sposobną się staje, i ztąd to ludzie młodzi

i pra-

i pracowici, chorobom z zapalenia krwi pochodzącym, najczęściej podlegają, praca atoli chociażby też najmóźniejsza była, nie ma się brać za gwałtowne poruszenie, lecz długie bieganie, zbytne zacieczenie się, mocne dźwiganie, i wyznaczona robota, są to krew zapalającemi, agitacya takowa jest niebezpieczna i szkodliwa, bo bieg krwi gwałtownie ku głowie, i śledzionie napędza. dla tego od zbytne go tańca i skakania, niektórych Paraliż, drugich puszczanie się krwi nosem lub gębą, innych nabrzmienie żył lub kaszel, a ztąd suchoty ponapadały, ma i taniec swoje pochwały, ale tylko mierny, bo pomaga do krążenia krwi w ciełe ludzkim, umysł wypogadza, siły dodaje, taniec ożywia tetryka, rozwesela ztrokanego, a całemu ciału udziela kształtu i kibi-ci. — Lubią młodzi popisywać się z swą siłą, zkad wielu się zrywa i umierać musi, inni Ruptur, krwią plucia, przepuklin, porwania żył, i wywinienia różnych członkow dostają. — Jako tedy poruszenie ciała, zdrowie nasze utrzymuje, tak przeciwnym sposobem, jest mu szkodliwy ustawiczny spoczynek, zawdy spoczywając nie zna człowiek słodczy

spo-

spoczynku, który po pracy miłym jest, pracując rozgrzewa się ciało i krew, u leżuchow zaś, i bezczynnością bawiących się, krew bywa blada, niewygotowana, i wodnista, bo spoczynek rozwalnia krew, a przez niedostatek ciepła, niemogąc być z niey zbyt czyste ciastki wodne wypędzonymi, wilgotnym niemocom i z nich pochodzącym chorobom podpadać muszą. Krotko mówiąc: skutki bezczynnego życia są te: Myszek i serca zdrętwienie, krwi w swym krążeniu nieśtalność, ciała coraz większe osłabienie, ciepła przyrodzonego ostygnię, wilgoci w ciele pozostałych popsfucie się, które to wilgoci częścią będąc rozwolnionemi, a po części zgęstnionemi ciało nieczystemi sokami obciążają, z czego cała osłowa wiele cierpieć musi, żołądek i wnętrzności, od ustawicznego siedzenia pozagigianemi będąc, nie mogą swych powinności odbywać, strawność w wielki nieporządek wpada, zkad rozmaite niemocy wynikają, zkad odęcia ustawiczne i kurczenie się żołądka, zkad ból serca któremu nawięcej pleć biała podlega, tamowanie krążenia krwi, przy odęciu, ostrość w wnętrznościach, zamulenie w niższej części ciała, i bole roz-

zne

zne wznieca, zkad zaduszenia maciczne, i hipokondryczne niemocy, zkad odchod stolca (który jest nawiększą podporą zdrowia ludzkiego) przeszkodę wielką cierpi, zkad foki się psują, sen bywa niespokoyny, marzenia się nudne, i zaduszenia krwi, człowiek cały sobie tęskni, boiażń iakowas obeymuie serce iego, zkad dzikie zamyśly, rozpaczy pełne przedsięwzięcia, a częstokroć desperackie kroki wynikają.

o Namiętnościach.

**M**ędzy namiętnościami, w które nam się nayeściej wpadać przygadza, należy pomieszcć, gniew, umartwienie, smutek, przestraszenie się i zawisc. Człowiek rozgniewany, podobniejszy bywa do zwierza, nizeli do człowieka, któremu się twarz zapala, lub blednie, oczy iskrzą, głos gwałtowny wydaie, serce biie, piersi sciskaia, mowa iakotliwa i pryskaiaca się staje, z żył się krew dobywa, żuic się po wnętrznościach rozlewa, duchy żywiące w zamieszanie wpadaia, poiętność i pamięć zamionemi bywaią, cały człowiek tchnie samą zemstą. Ale coż potym, kiedy

za

za gniewem, goni Paraliż, trętwienie członków, wachanie się zmyśłow i onychże zamieszanie, apoplexya, niemota, odcięcie członków, będzeli nie tak gwałtowny gniew, któryby niezdolał pomienionych skutkow sprowadzić, to przynajmniey umysł i osnowę suchych żył w nieporządek wprowadzi, a za temi nastąpi, płynienie krwi, zaiąkanie się, cholera, rozlanie żołąci, womity, bole w kışkach, kolki, mdłości, suche bole, zawalenie piersi, i inne. — Przeczyć niemożna, by przyczyna iakoweysi niecierpliwości i gniewliwego humoru, nie miała pochodzić z dolney części żywota, iest to rzeczą nieodmienną, że ci ktorzy hipokondryi podlegają, mruczającemi, zbyt gniewliwemi, i niegodnemi bywają, czego nie iest przyczyną żuść, lecz gwałtowne rozdrażnienie, i roziańtrzenie suchych żył, ktoremu takowi ludzie podlegają, raczey to iest w nich niechęcią spokoiności, niżeli niecierpliwością. — Za zdrowia mamy się starać przewyciezać swe skłoinności do gniewu, a to, by zachorowawszy kiedy, tym łatwiey się go ustrzedz można, który bywa przyczyną chorym, że po zażyciu naylepszych lekarstw, niepoprawia im się, i gdy się pra-

prawie wszystko na dobre zanofić poczyna, nagle w naywiększym życia niebezpieczeństwie oglądają się, lub nad wszelkie mniemanie przedzey umierają. — (namiętności bowiem mocno wpływają w choroby ciała) przeto czym spokoinieyszy, i cierpliwszy bywa chory, tym lepszey nadziei o poprawie zdrowia tego być zawdy można. — Cztery przyczyny powinny pobudzać każdego do pokromienia w sobie skłoinności, do gniewu, do łalania, i do klucenia się, *nie*żsa. Bo gniew pozbawia duszy pokoiu i uciszenia się iey, a oraz całemu ciału, żyłom suchym, i wnątrznosciom szkodzi, gniew oczywiście wychudza ludzi, żuśćey twarzy, izmartwioney płci nabawia, częstokroć do Recydywy i scyatyki, w chorobach przywodzi.

Gniew obok chodzi z umartwieniem, nie iedną prawdzie, ale podobną drogą, gniew bowiem zapala, wymowy dodaje, i wynurza się, umartwienie zaś pogńębia, i przytępia, w sercu osiada i trapi, gniew opionie, i przemila, umartwienie zaś tkwi zawdy, i obarcza w zafmuceniu, niecierpliwości dodaje, psuując żołądek, żuść, i suche żyły, słabowici, i dotkliwia, czego więcey nad innych



ných ten doznaie, komu większe umartwienie przytrafić się mogło, z niego pochodzą umyślnie niemocy, Melancholia. Sledziomy niemoc, bledosc, obstrukcyja wątroby, kamienie w żółci, i wyniszczenie całego ciała. Lekarstwa najlepsze na umartwienie, Rostropność i Religia, niemniejszy skuteczności na to bywa, szczyry przychylny i rozumny przyjaciel, przed którym się można użalić i swoje mu dolegliwości wynurzyć. — Gdy się komu wielkie iakowe utrapienie przytrafi, od ktoregoby myśli swej odwieść niezdolaj, wczesnie onemu zapobiegać powinien, bo z zbytniego frasunku, tylko krok ieden bywa do szaleństwa. Nie maż zaś nic nierozumniejszy, iako trunkiem chcieć podźwignąć pogębione sily, pomaga trunk na godzinę, ale zaszkodzi na miesiąc, przeciwnie zaś, trzeźwość w tym razie, mierność, i szczuple wiktowanie się, zwłaszcza Ogrodniami, owocami, i kleykami, służyć będzie. Legumin zaś, strączkowych iarzyń, i mięsiv, wystrzegając się takiemu należy, czalami winnego kamienia w wodzie zażyć niezawadzi, który wielkim, w tym gatunku niemocy, ratunkiem bywa. Jeżeli będzie gorzkosc, obrzy-

dowu

obrzy-

obrzydzenia w usciech, slabowitość sily, sen niespokoiny, w żołądku gniesienie, trzeba przyzwać Doktora, by chorego ciężkość choroby nieprzyttumila.

Smutek wzbudza prawdziwy żal, fercia ucisk, i tzy wyciska, czym sobie trochy ulgi czyni, ale żyłom szkodliwym bywa, krążeniu krwi przeszkadza, i kurcze sprawnie nayszęsciej w pierśiach, Smutek gdy się przytrafi hipokondrykom, i ktorzy zdawna niemoc żołądka cierpieli, łatwo się im na ciężką chorobę zanieść może. — Oprocz tego smutku, jest jeszcze drugi innego gatunku, który czym daley, tym bardziej szkodliwym się stawa, a skutki podobne umartwieniu sprawnie, oslabia żyły suchy, i więzy ciała, oslabia strawność, i odbiera apetyt, odbiera sen, i bojaźni nabawia, takowi spadają z ciała, bledy lub żółtey cery nabierają, cale obarczonemi smutkiem wygladają, ten rodzaj smutku, można zgryzotą nazwać, bo trwa długo, i prawie zjada człowieka.

Przestrach nierownie gorzzych własności bywa iak gniew, bo całą ofnowę ciała wstrząsa, mamy wiela przykladów, że niektorzy przelakliży się, na miejscu umierali. — Nayspospolitsze skutki

tki przestraczu bywają, mdłość, spazm, czyli odeyscie od siebie, bicie serca, scisnienie piersi, suche bole, różne krwi plynienia, drżenia całego ciała i stracenie czucia, ludziom męskiego i wielkiego serca, nie wiele przestracz zaszkodzić może, ale słabowitym, dzieciom małym, a nadewszystko P. nienkom młodym, tym szkodliwzym staie się, im które do boiaźni skłonnieszymi bywają, bo takowe, i własnego cienia przestraszają się.— Cztery gatunki iest przestraczu czyli boiaźni. Pierwszy, wrodzona boiaźń. Drugi nastrozona, gdy od kogo, lub od czego będzie kto miał napędzoną. Trzecia, boiaźń z przypadków. Czwarta, nabożna.— Boiaźń wrodzona ma swoy początek od słabej i wiotkiej muzgu osnowy, a czasem od zbyt żywego, ale przyćmionego wyobrażenia.— Boiaźń napędzona, iest: którą mamki, nianki, a częstokroć i Rodzice, ostraszydłach, widowiskach, zjawieniach, nocnych przeszkodach, i tym podobnych innych frazdkach, dzieciom głowy nabiają, zkad przy przewidzeniu się potym, chociaż najmniejszego tylko podobieństwa, dzieci lekają się, a przestraszone, różne rzeczy bałają, samotne ani w izbie zofta-

zostawać, ani też kroku za drzwiami uczynić nieodważają się.— Do czego należą lekkomyślne, a bardzo szkodliwe z żartow pochodzące strachy, które nie iednego zgubiły.— Boiaźń z przypadków zowie się, gdy za najmniejszą omyłkę, albo swawolę, dzieci plugawo łaiane, lub bite bywają, co ich czyni zatwardziałymi, głupimi, śmudnemi, lekliwymi, a za najmniejszym ofuknieniem drżącymi.— Boiaźń nabożna, iest to owa sumnienia tęskność, i opaczne sobie wyobrazenie miłosierdza Boskiego, takowym ludziom rostopny Spowiednik czyli Rządca sumnienia iest najpotrzebniejszy.— Boiaźń ogulem wzięta, ma ieszcze iedno niedobre z siebie następstwo, iż pod czas chorob, chociaż niezaraźliwych, ludzie boiaźliwi nayprzod zarażonemi bywają, czego obfite przykłady daia się widzieć, że boiaźń, napawa ciała boiaźliwych, iakowas osobliwszą skłonnością, do ciagnienia w siebie zaraży, ztąd i więcej cierpieć, i niebezpieczeństwu życia takowi nayczęściej podlegać muszą.— Przeto w panujących chorobach, przy oddaniu siebie na wolę Boską, trzeźwość, i beztrwożliwość káżdemu zachowywać należy, która na-

F

wet w Morowym powietrzu, wielką prezerwatywą bywa. —

Zawiść jest jedną z nayplugawszych nieczotą, która zawdy zgryzotą zawiśtnego karze, a co gorfsza, że ta namiętność po większey części niektórym wrodzoną bywa, dla tego takowi, ani rady, ani sposobow, do poprawienia się przyjmować niechęć. Skutki zawiści są podobne do skutkow pochodzących z umartwienia, tylko że trochy wolnieysze, osłabiają strawność, psują żuść, odbierają apetyt, niszczą żyły suche, żuść, do krwi sprowadzają, i całego trawia człowieka, dla tego zawiśtni ludzie, bywają żółtawi, bledzi, chudzi, mało iadający, oczu smutnych, niespokoynego i ponurego wzroku. — Z tegoż gniazda zawiści, pochodzi zazdrość, którą siebie, i drugich męczy, gdzie się wkorzeni, wydaie zgryzotę, umartwienie, podeyrzenie, opaczne tłumaczenie i niepokozy, ktorey skutki są też same co i umartwienia. Gorączka którą zawiść rodzi, jest z rodzaju trawiących ciało, ba całą osnowę istności iego, oddalenie się od tego miejsca, które zawiśtnego drażni i rozjątrza, byłoby naylepszym dla niego lekarstwem.

Po

Porządek życia w słabości lub chorobie.

Wcześnie zapobiegając chorobie, można ją znacznie pomniejszyć, a małą wcale znieść i wykorzenić. Dale się w początkach chorob, zawdy czuć iakowas niedyspozycya w ciele, słabość i ociężałość iego, niechęć do iadła, i zimno przechodzące, a na całym ciele iak zbity człowiek wygląda. Można się zaraz zaştanowić nad szukaniem przyczyn takowego zamieszania, czy to ze zbytku iadła lub picia, oziębienia się albolu też iakowey namiętności pochodzi, natychmiast, niedając się iey rozpościerać, zapobiegać ratując się. Na wiatr niewychodzić, mało iadać, strzedz się wszelkiego niemitego poruszenia umysłu, ani się też mordować. Wiatr bowiem przeszkadza parowaniu ciała, albo też niezdrowe, wilgotne, lub zimne bydz może powietrze, ktore tymby bardziey chorobę rozżarzyć mogło. Prawie w każdej chorobie, musi z ciałem i żołądek cierpieć, bo mu strawność odjętą bywa, wiela iadając obciąża go się, mięsniwa podniecają i utrzymują gorączkę, a twarde strawy guoiją go. Umysłu poruszenie za zdrówia gwałtowne jeżeli szkodzi, cóż tym

F 2

bardziej w słabym i nie mocą roziątrzonym ciele. dokazać nie będzie, gniew roziątrza żuść, zapala krew, i osłabia osnowę żył, umartwienie podobneź własności ma, czemu zapobieżć tak można: Uczuwszy już w ciele iakową niedyspozycyą, udać się na osobne miejsce, uchylić się od dzieci, od służących, od intereffow, od Gospodarstwa, niekazać sobie na ten czas nic takowego donosić, coby umysł poburzyć mogło, ale raczy w wesołej spokoyności, ciała, i umysłu zażywać się należy. — Postrzegisz niechęć do iadła, wstrzymać się natychmiast od wszelkiego pokarmu, a co godzina po dwie lub trzy filiżanki, ięczmiennego klyku z trochą cytrynowego soku lub octu zażywać, jeżeli z przeziębienia, położyć się w łóżku, co trzy godziny pić arbatę z kwiatu bżowego, by parowanie z ciała pobudzić, i chociaż się już dale polepszenie uczuć, nie trzeba iednak zaraz z łóżka wychodzić, lecz kilka godzin parowaniu wolny dać przechod. — Jeżeli się zimno po ciele przechodzi, i przeciąganie z poziewaniem naprzykrza, nie pić nic zimnego, tylko z bżowego kwiatu arbatę, łóżko zasłonić, lub firanki spuszczać, a to, by cho-

ry

ry zasnąwszy, gdy się pocić zacznie, od zimnego powietrza obwianym nie być, coby wstrzymać parowanie mogło. — Gdy się daie czuć gorąco lub pragnienie, kazać ferwatki sobie dać, lub pić wodę z ięczmieniem gotowaną, troche winnego kamienia w nią wrzuciwszy, i miodem przysłodziwszy. Jeżeli się daie zatwardzenie uczuć, lub ciężkość stolca, kazać sobie iedną i drugą dać Enemę, aby wypłukawszy z nieczystości wnętrze, nie miała się czym utrzymywać gorączka. — Uięcie sobie tedy pokarmow, strzeżenie się zimnego powietrza, umysłu spokoynosc, przyspieszenie parowania ciała, żeladka wypłukanie arbatą, z bżowego kwiatu, a wnętrza Enemami, są to najgłówniejsze środki, zapobiegające chorobom. —

Już zaś w samey chorobie, na troje swą usilność obrócić należy, na regularne życie, na używanie lekarstw, i na usługowanie choremu. — Do regularności życia, ściąga się iedzenie i picie, powietrze i ciepło, a nakoniec wypróżnienie ciała, zaczyn podczas gorączki, lub wzmagania się niemocy, nie należy dawać choremu iesc, ale zacząć aż gorączka ominie, lub niemoc prze-

pre-

przesili się. — Jadłem zaś chorego będzie cienki rosółek, jarzynka, owoc gotowany, przy rosółce służyć będzie jęczmienny, owsiany, lub ryżowy kliek. — Potrzeba umieć różnicę czynić między zapalającymi chorobami, i gwałtowną gorączką, które oboje, lubo jednego pokarmu wyciąga, atoli różne w kuracyi od siebie bywają, między febrami, i ciągłymi chorobami, przy których się apetyt wiąże, różnicę czynić, można w nich dawać rosóły, i mięsne polewki. Jarzyny, i Jaja, różnie sporządzane, atoli z okoliczności choroby, miarkować należy coby szkodliwe choremu być mogło, w powątpiewaniu zaś nad tym, lepiej się obejść jęczmiennym, lub owsiwym klykiem, bo czym chory maiey iadać we wszelkiej chorobie będzie, tym prędzej poprawy zdrowia spodziewać się może, owoc w każdej chorobie iadać jest pomocho, zwłaszcza wiśnie, czereśnie, śliwy, a nawet gruszki, i jabłka, byle doścignię, owoc świeży jest smaczniejszy, gotowany zaś lżejszy żołądkowi, z owoców pomienionych sok, czy to wytłoczony, czyli też wygotowany, dawszy cukru, lub miodu, będzie miłym, i zdrowym, napojem dla chorego,

W go-

W gorączkach należy wiele pić, chociażby też i pragnienia nie było, tylko nie razem, i nienagle oblewać żołądek, ale często i potrośze, cztery, lub pięć kwart napoju na jeden dzień, nie jest to nadto, częstość samym pićem największe gorączki znoszonymi bywały, bo napoy rozwilża, ciekłość krwi wraca, przykłada się do parowania, powiększa żołądkowe rozłączenia, uryny, i stolca, i onęż płucze. — Gorączka czym większa; skura na chorym czym suchsza okazywać się będzie, tym chory potrzebniejszym obfitego napoju znajduje się. Podług okoliczności choroby potrzeba także: dopiero ciepły, dopiero zimny, już kwaśkowany, już klykowany, albo też precedzany, napoy chorému obmyślać, z tych nayspospolitszym bywa Serwatka, woda z jęczmienia gotowana, sos z wygotowanych owoców, i z grzanką chleba woda przewarzana. — Co do powietrza, rzeczby była dobra, gdyby w drugiey izbie mógł każdy chory leżeć, a powietrze w tey izbie często przeczyszczane bywało, to jest otwieraniem okien, lub wentylatorem, strzegąc wiatrem owiania chorego, po którego wyproznienu się, natychmiast stolec lub ury-

uryna wyniesionym być ma, a potem troche zakadzić, co naybardziej w Ospach przestrzegać należy, iako też w zgnilych gorączkach, Łożnych chorobach, Dysenteryach, i Cholerach, zaniedbywać się niepowinno. — Co się zaś tycze ciepła: Gorącość w izbie powiększa ogień w ciele, i gorączkę rozżarza, nudności sprawia, i wyciska pot z ciała bezpotrzebne, z znacznym osłabieniem chorego. — Podobnież nie jest dobrze, gdy przyjaciele i Sąsiedzi, około łóżka chorego obsiedą, i gadaniem swym naprzykrzą mu się, bo i wyparami z ich ciała pochodzącymi w większą go słabość wprowadzą, i częstym pytaniem się o zdrowie jego, przymuszają go, do filenia się na odpowiedzi, czym go niemniej zniewalają i osłabiają. — Chorego pościel nie ma być z samego pierza złożona, dosyć dla niego, by twardo nie leżał, jeżeli będzie miał w nocy gorączkę, uymować mu nakrycia, w jedno lub we dwoje złożone prześcieradło, często bywa dostatecznym nakryciem chorego. — Pomocno jest Choremu, choc z razu po puł godziny, wzfiedzify z łóżka, zabawiać się na izbie, by tym czasem pościel przewietrzoną  
bydź

być mogła, jeżeli osłabiecie na siłach lub go gorączka przechodzić zacznie, niechay się nazad położy. — Stolec niż wyniesiony będzie, ma być wprzod obeyrzany iak wygląda: czy gęsty, czy żółtawy, zielony, lub czarny. Jeżeli Chory zbyt słaby będzie, trzeba mu miednicę do wyprożnienia się pod dziurawy materac opatrzyć. — Dozierać potrzeba, by chory regularnie lekarstwa podług przepisu Doktora zażywał, nie dawać mu na ieden raz (iak niektorzy robią) tyle zażywać, ile przez kilka razy zażywane być miało, bo to nieprzyśpieczy zdrowia, i owszem chorego zgubić może, iak się już nie raz trafiło. — Opatrywanie chorego, czyli usługowanie mu, tak jest potrzebne i pożyteczne, iako samo lekarstwo, należy do tego wybierać ludzi zdatnych, cierpliwych, czynnych, baczących, a rozkazy Doktorskie iako nayściśley wykonywających, którym na noc, by ich sen niemorzył, dawać arbaty, lub kawy.

Powinnością jest usługującego choremu, by uważał iak się chory miewa, co czyni, czyli iego Choroba wzmagą się, czyli nie, i o którym czasie, z chorym gadając, niechay mowi  
tego-

łagodnie, niesprzeciwia mu się, niechay mu czasem ustąpi, złość i naprzykrzenie się jego znieście, ale też niepowinien być nadto żalonym, i litościwym, ma mieć także napoy po napoiu, świeży gotowany, dla chorego, niż tamten wyidzie, by drugi był ugotowany, a do przygrzewania go (jeżeli tego potrzeba będzie) niechay ma zawdy węgle na podoręczu. — Powinien przestrzegać, by przescieradła, i koszule, które dla plugaństwa odmieniać często potrzeba, zawdy czyste i na pogotowiu bywały, lekarstwo iedno gdy iuż na schyłku będzie, aby świeże przygotowane było, zawczasu Doktora ostrzegać ma, przestrzegając, by w izbie, ani zbyt ciepło, ani też chłodno nadto niebywało, co także w przyodziewaniu, i uymowaniu nakrycia z chorego, zachowywać się powinno. — W chorobach piersi, nie ma się nic choremu zimno pić dawać, jeżeli często na stolec chodzić musi, niechay to w izbie ciepłej będzie. — Rozumieją omylnie niektorzy, że Chory ruszać się z łózka niepowinien, ia zaś z doświadczenia mówię, i owszem niechay się przechodzi, lub gdy nie może chodzić, trochy posiedzi, bo czym gwał-

to.

towniejsza gorączka będzie, tym szkodliwszym dla Chorego łózko się stanie, zwłaszcza pościel z pierza mającemu. — Materace gorączkę cierpiącym wygodniejszemi, i przyzwoit zemi bywają. — Jeżeliby się chory tak mocno poccił, żeby aż koszulę sobie zmoczył, a te pokiby ieszcze nieustawały, uchoway Boże ruszać go z mieysca, lub odmieniać mu koszulę, niechay tak w tym pocie leży, w izbie niechay pod ten czas nadto gorąco nie będzie, boby ieszcze gwałtowniey z chorego poty pędziło, czymby go bardziej osłabiło, ale też i nadto chłodno bydź w izbie niepowinno, by za oziębieniem ciała, pot się nie zastanowił, coby z gruntu chorego zgubić mogło, atoli postrzeższy że iuż poty ustały, zagrzać koszulę, i przewdziać ją, bez czynienia wiatru na niego, na kadzenie zaś koszul, iak niektorzy czynić zwykli, na nic się nie zda, i nic niepomaga. — Jeżeli potrzeba iakowego okładania, Kataplazmu, albo też wody na moczenie nog grzania, i Enem gotowania, niechayże usługujący chorym, tego przestrzega, by to wszystko niebywało nadto gorące, ale tylko ciepłe, czego doświadczy naylepiey, przyłoż-

niem

niem do twarzy, gdy wytrzyma, jest dobre, lecz trochę ięszcze ostudziwszy, iuż by za zimne było, są niektóre okładania, które, wielkiej bacznosci wyciągają, to jest: niż zupełnie ostygną, oddymować ie potrzeba, a inne świeższe, lub też same rozegrzane natychmiast, przykładac. — W niektórych chorobach, dosyć raz na dzień łozko prześcielać, w ciężkich zaś, po dwa i trzy razy potrzeba, a to, by się pościel przewietrzała z smrodliwego zaduchu, można iędnego okna kwaterę do połowy otworzyć, a to iak pora czasu dozwalac będzie, o tenże sam czas należy, zakadzić, bo dym ciągnie z izby z sobą, zagrzane, i z zaduchami pomieszane powietrze, iężeli jest ciepła pora, mogą okna po dwie, lub trzy godziny, otworem stawać, iężeli zaś chłodna, dosyć będzie po pułgodziny, iężeli na ten czas będzie wiatr na dworze, lub też będą drzwi do izby naprzeciwko okna, to trzeba zaslonić okno frankami, lub powieszeniem prześcieladła, w lekkich chorobach, nie jest potrzebne otwieranie okien, tylko w tych, w których mocne parowanie zaduch, lub niemily swąd, uczuć sie daie. — W gorączkach wyrzucających plamy, przy  
fzere

szcze, krostki, lub tym co podobnego po ciele, potrzeba bardzo ostrożnie, z otwieraniem się okien obchędzić, tylko trochę i na krotki czas uchylać, i to w izbach zbyt niskich, gdzie bywa wielki zaduch. — Ale w Ospie, należy by powietrze w izbie zawdy chłodne było, okno niechay całą godzinę otworem stoi, chociażby i w zimną porę nawet, bo w tej chorobie, zaduch czyli ciepło, jest iadem choruiącemu, a tym bardziej! gdzie dwoie lub troie dzieci na Ospe w iedney izbie leży. — W zaraźliwych chorobach iako to w Łożnych, i zgnilych gorączkach, potrzeba nadewszystko pamiętać, o czyszczeniu i naprawieniu powietrza, aby chory, czytym oddychał powietrzem, niemniej: by tak odwiedziający chorego, iako też Czeladz domowa uslugująca, albo i sam dozorca chorego, niezaraził się. — Czemu zapobieżysz przeniosłszy chorego do drugiej izby, gdy to bydź może, a gdy nie, to okien otwieraniem, i częstym kadzeniem przyczyszczać powietrze należy, do tego, stolec wynosić, bieliznę odmieniac, i często prześcielać potrzeba. — Jeżeliby się trafiło że chory zemdleie; na otrzeźwienie go niemasz nic lepszego, iako Ostem  
poma:



pomaczać skronie, wargę gorną, i iagody  
 twarzy: albo mu go też dać powa-  
 chać. — W młodościach zaś z słabości fu-  
 chych żył, czyli nerwow. pochodzą-  
 cych, pomaga spalenie pióra, lub kawał-  
 ka skóry pod nosem; Gdy się choremu  
 polepszać zaczyna, że już iadać może,  
 wstrzymywać go należy, i ostrożnie  
 mu pokarmu udzielać, by w Recydywę  
 obiadłszy się, lub niestrawnego co ziadł-  
 szy, niewpadł. — Dwa są terminy u cho-  
 rego przychodzącego już do siebie, ie-  
 deo zaraz po przesileniu się choroby,  
 gdy się apetyt wracać zaczyna, cho-  
 ry sypiać może, ale jeszcze słabym i  
 bezsilnym być się poznać, drugi termin,  
 gdy już chory do sił przyjdzie, chodzić  
 może, ale jeszcze słabowitym zostać,  
 w tym to pierwszym terminie choroby,  
 najczęściej się błędy z strony iadła po-  
 pełniać zwykły, albo ze strony chore-  
 go, albo ze strony dozorczy, lub też  
 innych do tego wpływających Osob,  
 gdy tym choremu chcą pomoc, by pre-  
 dzey do sił przyiść mogli, a tu żołądek  
 jeszcze mdły, rozjątrzony, w którym  
 strawność słaba, ma podobieństwo świe-  
 zo zagoionej rany, którą choć lekkie  
 dotknięcie obraża. —

Ja:

Jadać wiele nie daie nikomu sił,  
 ale trawić dobrze, to siły nadaie, jeżeli  
 chory ma apetyt, nie trzeba go zu-  
 pełnie nasycać, ale żeby jeszcze łaknął  
 niechay niedoiada, gdy się mu ma iść  
 dawać, lekkie i strawne potrawy, wybie-  
 rać należy, nie te, które rozjątrzą żo-  
 łądek, lub pragnienie sprawiają, ale ia-  
 rzynki, i z cielęciny, lub z kurcząt co zgo-  
 towanego, dawać mu należy, naylepszy  
 jednak, i posilniejszy dla chorego, bę-  
 dzie dobry rosół, to jest: wygotować  
 dobrze sztukę mięsa z Cybulą w puł  
 przekroioną i z Selerami, a nadrobić  
 do niego wypieczonę chleba, który  
 niechay wprzód rozmoknie, a tak zgę-  
 sły od chleba rosół, doda sił ciału, i  
 łatwym będzie do strawienia, w czym  
 następujących przepisow trzymać się na-  
 leży. — *1sze.* Chociażby chory i le-  
 piey się mieć poczynał, nie należy mu  
 jednak mięsa dawać, dopoki mu się  
 iść mocno nie będzie chciało. *2gie.*  
 Coraz mu poddawać słynniejszych po-  
 traw, a to nie razem, lecz potroszę a  
 często. *3cie.* Za napoy choremu, mo-  
 żna dać napul z wodą zmieszanego wina  
 które ma być wystale a lekkie. *4te.* Ma  
 się strzedz Chory namiętności wżela-  
 kich,

kich, wizyt niczych nieprzyimować, i nie silić się w njwczym. 5te. Jeżeli ma tyła sił, niechay się w izbie przechodzi, nie zmordowany, niech nazad idzie na łozko. 6te. Ma się wystrzegać wiatru, powietrza ciągnącego, i zimna, dopoki do lepszych sił nieprzyidzie. 7me. Po chorobie, należy otwory w ciele i parowania utrzymywać. 8me. Jeżeli powstawszy, pocznie w sobie iakową słabość, gorąco przenikające, Mory, i ogrążki, lub tępość i oschłość, odtąd niechay nic krom rosolu niejada, natychmiast położy się w łozko, Arbaty z bżowego kwiatu napije się, i niechay pości, niezaraz się w ciężkie prace tak ciała, iako też i umysłu, zaprzęga, i wypocznie sobie. 9te. Pierwsza, druga, i trzecia przechadzka, niechay będzie za pogody, po obiedzie, a to na takowe miejsce, gdzie słońce przez cały dzień świeci, powrot do domu, ma być także przed zachodem onegoż, a to: by wieczorne chłody, i wilgotne powietrze, niezaszkodziły mu. —

Przez to imię Natura, lub Przyrodzenie, rozumieją Lekarze, wlaną w ciało od Stworcy moc, czyli siłę ruchu i odporu, mocą ktorých od wszelkich

iątrzą-

iątrzących, i szkodliwych materyi, uwolnić się stara, bądź to napinaniem, przytłumianiem, roziątrzeniem, wyrzucaniem, pozbywaniem się, bądź parowaniem, właśnie iak na skrzypcach przycisniona palcem strona, natychmiast się podnosić po odieciu onegoż poczyna, tak też natury siła, będąc niby stroną przytłumioną, lub przycisnioną, stara się uwolnić, i do pierwszego swego powrocić tonu, tey siły mocą womittliemy, kaszlemy, kichamy, Dysfenteryą cierpiemy, teyże siły mocą, wrzody materią zbierają, Osutki, pryszczki, i inne tym podobne skutki dzieją się, która chcąc się pozbyć z ciała plugastwa, używa swey mocy wyrzucając je, womity są prawie nadprzyrodzonym poruszeniem żołądka, ale oraz zdrowiu naysposobniejszym środkiem, do wyrzucenia tego z siebie, co żołądkowi szkodliwe, lub całemu śmiertelnemu byćby mogło, ztąd wymioty z przeładowania żołądka, z rozlania się żułci, z zażytego czego isdowitego, lub innych tym podobnych przyczyn, bywają potrzebne, kichaniem usiłuje przyrodzenie ostrą, i zbyt czną klykowatość, od mozgu spędzać, wtedy kichamy, gdy co ostrego, żyłki suche drażniącego, w nos nam wpada, kicha-

G

my nawet w katarze, by obfitość kłiwkowatości w nosie zebrana, wyrzuconą być mogła, dla tej przyczyny, Tabałę niektórzy zażywać zaczęli. — Jeżeli wielo czego niestrawnego, lub ostrego pożyli, tedy Dyffenterya nastąpić musi, która od mocy przyrodzenia wyganiana, wszystko co iey jest szkodliwego, niestrawnego, lub nieczystego uprzętnie, bo gdyby się to w żołądku zostać, albo w krew obrocić miało, natychmiast nastąpiłyby bole, zapalenia febry, gorączki, popłucia się humorow, i różne fluxye. — Zbieranie się otoku czyli materyi, jest także podziwienia godne skutkowanie, jest to siła natury, którą tę obcą, ciału szkodliwą, i rozjątrającą go materją, wyrzucić usiłuje, co się iasniej dać widzieć w zajątrzonych ranach, w których kule, szrut, trzasek ułamki, żądła robaństwa i much, albo też kawałki żelaza, w ciału wpoione będąc, iak się ich pozbyć stara, iak one na wierzch jeżeli może wypycha, co z wielką gorączką, i z zapaleniem, mocując się, wykonywać iey przychodzi. — Do takowegoż pozbycia się, należą wszystkie wyprożnienia, i odchody, przez poty, płynienia krwi, Dyffenteryą, Osutki, i przyszcze, lub inne tym podobne pla-

plamy, po których już na wierzeh wyrzuconych, choroba z wolna ustępować zwykła. — Gorączka wszelka, a w niej prędze bicie serca, i pulsow, jest także dziełem przyrodzenia, i skutkiem natury, mocą której wszelkie zle w ciele znajdujące się humory, oddzielając potami, lub obfitą uryną z ciała wyprowadza. — Nierozumną rzeczą jest, chcieć się natychmiast, i za iedną razą, gorączki pozbyć, a przecież ona jest środkiem, przez który ciało, za pomocą iey, wszelkimi parując: przeduchami, oczyszczać się zwykło, niepotrzeba się przeto, do pewnego czasu przeskadzać gorączce, i owszem onę w swych czynnościach utrzymywać należy, by cierpkie a ciągłe wilgoci, porozwiewywała, gęste porozrzadzała, ostre potargała, i wszystkie zniewolone powyrzucała humory. — Jeżeli gorączka będzie gwałtowna, ztąd krążenie czyli bieg krwi zbyt szybki, rozjątrzenie i bicie serca zbyt mocne, puszczenie krwi na to pomocne będzie, przez co zbyt gwałtowność, i ogień, znacznie w swych czynnościach umiarkowanym zostanie. — Krwi puszczanie ograniczonym być, do iakoweyby wielości być puszczone miało, zdrowemu, silnemu, i młodemu człowiekowi, uczynione nie może, tu bo-

G 2

wiem należy uważać, iakowego kto ciała, i siły będzie, wysuszonego, wypiacowanego, i wyniszczonego ciała człowiekowi, ostrożnie krew ma być puszczana, czerstwego zaś, i soczystego ciała, w miarę i potrzebę puszczać. iak tylko chory najmniej ciepło, lub słabość z wypuszczenia krwi w swym ciele poczuie, natychmiast zawiązać już należy; krwi bowiem oszczędzać potrzeba, a nad potrzebę oney wypuszczać z ciała nienależy, gdyż krwi w zdrowym ciele nie jest zbyt wiele, kto dużo krwi upuszcza, osłabia się, kto zaś często puszcza, musi ją znowu puszczać przez nalog. Na pełność krwi, ujęcie sobie pokarmu, woda, owoce, iarzyiny, i robota służy, mięsiw się strzedz, bo krew mnoża. — Starzy bez słuszney przyczyny niechay się niewzją krwi puszczać. Gdy żyły krwią nabiegna, krew się nosem puszcza, burzyć się w ciele zaczyna, szum w głowie slychać, w oczach się iskrzenie lub płatkow latanie, ciała utrudzenie i umordowanie, od lada czego poczuiesz, krwi puszczenia potrzebę dosyć masz ztąd iasną. — Nie w każdey chorobie puszczenie krwi jest pomocne, i potrzebne, i nie w każdym upale z gorączki pochodzącym, pozwalac się go ma, w flu-

w fluxyach, w gorączkach z przeiębnienia, w gorączkach z Febry pochodzących, i w łamaniu po członkach, rzadko puszczenie krwi jest pożyteczne, i nie ma być pozwalane, także w zgnięłych, i iadowitych gorączkach, puszczać krwi nie należy, bo chory umrze, ale w zaiątrzących chorobach, w gorączkach gdzie się obawiać należy zapalenia, lub by się do głowy krew nie obrociła; albo piersi nie zawałiła, także plującemu krwią, upuścić iej potrzeba, w obiętnych zaś przypadkach, i gdzie wątpliwość zachodzi, bezpiecniey trochę tylko upuścić, do dwóch lub trzech uncyi, i jeżeli po wyściu szęściu lub osmiu godzin, chory lepiej się mieć zacznie, można mu będzie znowu puszczenie oneyże ponowić, według potrzeby okazującey się. — Kto jest zdrow; niechay bez potrzeby lekarstwa nie bierze, bo chociaż lekarstwo i naleykszymby było, przecięz Naturę roziaćra i burzy. — Ci są godni wysmiania i uzaleni, ktorzy będąc zdrowemi, dla zwyczaju, a nie z potrzeby, lub uprzedzeni modą, w Maju lekarstwa biorą, ktore się niektorym wcale szkodliwemi stają, bo mocne laxatywy osłabiając ciała, wchoroby nieznacznie wprawiają. — Rzadko bar-  
dzo-

dzo skutki pomocne przynosi w zaraźliwych chorobach laxans, szkodliwych zaś skutkow w tym razie wiele doświadczone, zwłaszcza po mocnym laxowaniu. — Kto poczuie nieczystość znajdującą się w wnętrznościach swoich, może bardzo powolne lekarstwo, na sprowadzenie oneyże zażyć, albowi też, głodno przez jakowy czas przeciąg zachowywać się, przy strzeżeniu się zaziębienia, aż się żołądek wytrawi, i wyczyści wraz z wnętrznościami. Laxans jest pomocny na plugaństwa w żołądku i kiszkach osiadłe, o pierwszych w żołądku uwiadomia nas: Obrzydliwość, gorzkość, i brzydki smak w usciach, ranna nudność, pełność, gryzienie, i ból żołądka, o drugim zaś dysenterya, odcie, gryzienie, ból, i rozpinanie się kizek z kolkami. oznajmia. Mocne i ostre laxatywy, zdrowym nawet szkodliwemi bywają, a słabych w niebezpieczeństwo wielkie wprawiają, zaczym lepsze zawdy lekkie i z wolna laxujące, i raczey słabe, niż zbyt mocne lekarstwo, będzieli słabe, można go jeszcze drugi raz zażyć, ale gdy zacznie gwałtownie laxować, już mu ciężko zapobiec, czasami potrzeba tego wyciąga, że przez dwa, trzy, i więcey dni, ciągiem

giem chorego laxować potrzeba. — Kto zbyt wiele wylaxowanym zostaje, pozbywa razem wilgoci z siłami ciała potrzebnemi, na lekkie laxatywum, czasem sam winny kamień jest dostateczny. — Wyszłym i wyniszczoney ciałom, przyzwoltszemi są rozwalniające, i rozpuszczające laxatywy w trunku, niżeli w prozkach; lub w pigułkach, z żywic lub z zapalających lekarstw robione. — Niekiedy potrzeba wprzod ostre i lipkie wilgoci rozwolnić, i oneż rozpuścić, z dopiero je laxansem wyprowadzać. — Na przetrzymane zatwardzenie, potrzebnieyszemi są Enemy iak laxanse. Jeżeli w chorobach wyproźniające lekarstwa ruszyć niezmogą, niepotrzeba powtorzeniem nowego lekarstwa, naturze gwałtu czynić, boby ztąd gwałtowna i śmiertelna dyffenterya nastąpić musiała, starać się tylko, Enemami dopomagać, w wielu chorobach, sole, a zwłaszcza gorzka sol Sedlicka, naywysmienitszym laxującym lekarstwem bywają. — We wszelkich rozpalających chorobach, w ktorych to wżyskie zapalające, i grzejące lekarstwa, szkodliwemi bywają, chłodzące i lekkie, wybierać należy, atoli starym ludziom, i dzieciom, tamte niezaskodzą, gdyż oni źle trawiają, do kleykowa-



kowatości i flegmy, skłonniemi bywają, nie jest to zawdy dowodnym znakiem, potrzeby zażywania na womity, gdy kto dobrowolnie womituie, trzeba coś więcej uważać, a jeżeli rozeznac niemożna, tylko samey letney wody zażyć, lub się poradzić Doktora. — Znaki: po których poznać można potrzebę brania na womity są: *wolze*. Gdy rano brzydki smak w gębie, nudzenie, odrzucanie się, gorzkość, obrzydliwość, gniecienie w żołądku, i skłonność do womitu, uczuć się daie. *zgie*. Kiedy własność choroby wyciąga womitow. *zcie*. Gdy przyczyna choroby, z przeładowania żołądka, lub z twardey i niestrawney potrawy będzie, kto tedy po wieczerzy uczuie, że się źle ma, głowy bol i zawrot cierpi, odrzuca mu się często, kto nie dogotowanego lub niedopieczonego co zjadł, albo zbyt tłustego mięsa pożywał, po którym ieszcze napił się, niechay natychmiast na womity bierze. — Atoli ołoby na kamień chorujące, i Ruptury mające, nie mogą bez niebezpieczeństwa na womity zażywać, iedni są do womitow skłonni, drudzy ciężcy i trudni, tamci mogą i od letney wody womitować, tym zaś dać *Tartarum Emeticum*, z iednym ziarnem *Rhabarbarum* należy, pra-



prawda jest: że womity są przykre i nie mile, lecz ich pożytek jest niezmiernie wielki, ulżenie się, i ratunek prędki — jeżeliby lekarstwo na womity dane, aż nadto womity sprawować miało, na pić się ciepło mleka, jeżeli i od niego nieustaną, włoż trochy masha w niego i napij się, lub za miast masha, włoż Dryakwi jak laskowy Orzech w niego, i wypij, lub wytłocz soku z ziela Kutzy, i day się napić. Dzieciom nieszkodzą lekarstwa na womity, i dobrze się po nich miewają. — Gdy ekliwosc wielka do womitow przypada, dopomoc naturze wodą letnią, lub Herbatą, filzankami ją popijaąc, a czasem włożeniem palca w gardło, przyspieszane bywają wymioty. — Enem zażywanie, u niektórych Osob jest w wielkiej nienawisci, a przecież się bez nich, w gorączkach, i wszelkich zapalających chorobach, obeysć nie można, w innych zaś wielu chorobach, przynajmniej pożytecznymi bywają. Niewczesnym wstydem nazwać się może, gdy kto dla wstydu Enemy brać niechce, gdzie iey konieczna, lub gwałtowna potrzeba wyciąga, zda mi się, że złamawszy nogę w udzie, lub gdzie w tey okolicy dostawszy dymienicy, albo wrzodu, niemożnaby było, nieod-

słoni.



słoniwszy się, opatrować, i goić. — Ka-  
 żdy laxans, roziątrza osnowę żył, i  
 przyprowadza do wzruszenia się kizek,  
 ale też wyprowadza ze stolcem potrze-  
 bne ciału wilgoci. Enema zaś przeci-  
 wnie skutkuje, wyprożnia dolne kizki,  
 nieobraża osnowy żył, i niewyprowadza  
 potrzebnych ciału wilgoci, nie wyni-  
 szcza sił iak Purganse, owšem rozgrze-  
 wa, odwalnia, odmiękcza, i odwilża,  
 czego Purganse nieczynią. — Nie wszy-  
 stkie Enemy jednego są gatunku, i sku-  
 tku, ale jedne są wyprowadzające, od-  
 miękczeniające, uśmierzeniające, wtrzymu-  
 jące, wzmacniające, i tuczające. Nie  
 można i niepotrzeba, w wielu chorobach  
 laxatyw używać, bo w nich i najmniey-  
 sze rozdrażnienie szkodliwym by być mo-  
 gło, iako to w zatwardzeniu, kolce, w  
 wiatrach z zapalenia pochodzących, ale  
 Enemy choćby i co godzina dawać, nie  
 niezafzkodzą; na złym fundamencie za-  
 sadzeni powiadają, że włożywszy się w  
 Enemy, nie można się będzie iuz bez  
 nich obeysć, bynajmniey, bo iak się na-  
 tura wroci do swego porządku, iuz się  
 obeydzie bez Enem, to tylko ktoś wy-  
 myślił na ochydzienie ich, czym chorzy  
 niechcący być uzdrowieni, załaniają się,  
 przez co wielu ich z lekkomyślności u-  
 mie.



miera, którychby było kilka Enem, przy  
 życiu i zdrowiu zachowało. — Enemy są  
 koniecznie potrzebne we wszelkich cho-  
 robach, Kizki nazwaney prostą, w nie-  
 mocach pęcherza, w chorobach grubych  
 kizek, w rozpalających niemocach, w  
 zatwardzeniach upartych, w obległych  
 plugastwem kizkach, we wszystkich cho-  
 robach w których się materya do gory  
 podnosi, w obłędach, zawrotach głowy,  
 bólach, czasami w biegunce, w bólach  
 biegających po ciełe, w zgnitych go-  
 rączkach, w Łoznicach, w Miserere w  
 którym naypożyteczniejszemi są z dy-  
 mu tytiunowego, i z mydła, gotowane,  
 w Paralizach, we wszelkich chorobach  
 po przesileniu się, w których, z długo-  
 trwałych otworów, gorączka, niepo-  
 koynosc, ból głowy, i wzdęcie żywota  
 napadają, zawdy Enemy pomocnemi  
 bywają. I to niemniey fałszywym zda-  
 niem jest, by chory nie iadając, nie  
 miał miewać stolca, stolec nie tylko z te-  
 go, co człowiek pożywa, ale też z żul-  
 ci, z nieczystości od sokow pozostałych,  
 z ściekającej klykowatości, z nabie-  
 raney przez dlugi ostrey i cierpkiey  
 materyi, składa się, co się daje oczywi-  
 ście widzieć w chorobie Cholerze, w  
 zgnity gorączce, i Łozney chorobie, gdzie  
 tego



tego plugaſtwa, niezmiernie wiele. przez kilka, lub kilkanaſcie dni odchodzi, gdy tym czaſem chory, nie wiele, lub bardzo mało, iada. — Enema powinna być tylko letno, a nie gorąco dawana, chcąc aby ta Enema była rozdrażniająca, rozpuścić w niej ſoli gaſć czyli ſyſzkę, a będzie takowa, w upartych zatwardzeniach, można co dwie godziny Enemę dawać choremu. — Dzieciom w chorobach, na Zęby, kolki, gryzienie czyli moſzyſko w żołądku, na Stolec zielony, naysilniejsza jeſt Enema z Otrąb praſznym miodem oſłodzona, na uſmierzenie i rozwolnienie, Enema, wygotowana z Otrąb, lub Jęczmienia, woda, z Lnianym Olejem jeſt doſtateczna. W bolach kamienia i złotych żył, czyli hemoroydow, w kolkach z Ruptur pochodzących, nie do ulżenia nie jeſt przedſzego, iako odmiękczaiąca Enema, z przegotowanego Rumianku z praſnym miodem, z Lnianym Olejem, i trochę żółtka, zmieſzana. Niemniej z ſamey czyſtey a zimney wody dawane Enemy, ſą bardzo pomocne, gdy z obwiſnienia i ſłakowatoſci wewnątrz, z oſłabienia przez poprzedzoną chorobę, lub zbytętecznego nabrzmienia, i nabiegnięcia krwi do kiſzki proſtey, ſłepe złote żyły



ły w guziki ſię pozbiegaią, i palić zacząć. Jeżeli potrzebne ſą poty, napić ſię Arbaty bżowej z mlekiem, wleſć w łożko, i czekać cierpliwie ſkutkow przyrodzenia. Ale zbytne okładanie chorego poſcielą, jeſt płocze, bo nic nie pomaga, owszem bywa niebeſpieczne i ſzkodliwe. Poty ſą dobre po wszelkim naziębieniu ſię, pomocne na zziębiony i nazad wegnany pot, gdy człowieka mory przechodzą, czyli ograżka bierze. We wszelkich rodzajach katarhowych, w bolach zębów z fluxyi pochodzących, bolach ſzyi, w łamaniach, w bolach z różnych przyczyn głowy, gdy ſię zła wilgoć w ciele znajduje, potrzebująca dziurkowatoſcią ſkury wyparowania, w fałszywym boku kluciu, i w niektórych tylko, i to bardzo mało gorących niemocach, dawać ſię może. — Szkodliwie przeciwnym ſpoſobem jeſt pocenie ſię, w początkach wszelkich gorących, i zapalających niemocy, w Cholrach, Łoźnicach, i zgniłych gorączkach, w Petociach, w Osutkach, Odrach, Ospach, ponieważ one albo przed czaſem, albo też zbyt gwałtownie, materją i humory, pod ſkurę naganiają. Jeżeli nie naſtąpią po zażytych lekarſtwach poty, dopoty oczekiwać potrzeba, dopoki ſama



ma natura nienakłoni się do wygnania z pod skóry, lub ze krwi, znajdujący się lotney materji. Jeżeli się chory nadto poci, potrzeba między potem z choroby pochodzącym, czyli szkodliwych humorow wyganianiem, a między potem zopadający choroby pochodzącym, czyli krytycznym, różnicę czynić. Pot z choroby, gdy nadto zbytym będzie starać się potrzeba, zmniejszać, atoli nie raptem tamować, lub nazad wpędzać, wielu pod czas potów zrucają z siebie koldry, i wszelkie inne nakrycia, starając się tym i siebie oziębić, i poty przytłumić, ale bardzo się mylą, a jeszcze bardziej błędzą ci, którzy powierzchownych sposobów zażywają, do wstrzymywania potów, wszystko zaś co w takowym razie uczynionego być może, jest: lekko się tylko nakryć, w jedno lub we dwoje złożonym prześcieradłem, atoli najlepszą rzeczą bywa, wewnętrznych sposobów zażycie na wstrzymanie ich, by filenie się nadpotrzebne natury, powściągnionym zostało, lecz często ciężko bywa tego dokazać, potrzeba się jednak wstrzymać od wszelkich gorących, kwaskowatych, burzenie sprawujących napoiów i pokarmów, częstokroć samo wypróżnienie się poma-

pomagać zwykło.— Pot krytyczny, to jest z przesilenia się choroby pochodzący, który usmierzaającym bywa, rzadko szkodzi, chociażby też i nayobfistym był, tylko potrzeba naturze dopomagać, popiciem miłego iakowego a tuczącego napoiu.— Z wolna i pomału występujący pot, jest nayniejszkodliwszym, gwałtowny a gorącym wyciśniony, niebezpiecznym, i rzadko pożytecznym bywa.— Obfite picie ciepłej arbaty, udziela ciału wilgoci, cieńszy krew, i roziątrza naczynia skóry, w niektórych chorobach, i niektórym Konstytucyom, ocet bywa naylepszym na poty lekarstwem.— Dobry krytyczny pot, zwykł najczęściej rano napadać, płynie chociaż od wolnego ciepła, by też zmiernie nakrytego ciała, i zaraz sprawuje usmierzenie.—

Ludzie zbyt chudzi i smagławi, niechay bardziej się o należyte parowanie ciała swego starają, niżeli o poty, gdyż do potów nie bardzo są sposobni.— Poty głowy, szyi, grzbietu, piersi, lub innej iakowej części pojedynkowej ciała, nie są dobrymi, owszem podeyrzanemi.— Pot zaś krytyczny, gdy dobry jest, bywa ciepły, powolny, a po całym ciele rowny.— Plastry skutki swoje

swoje czynią tylko w niektórych głównych chorobach, i napuchnieniach, nie każdy zaś plaster bywa wart tej pochwały, którą mu przykazują. — Plastery, które niebawiały po przyłożeniu, bóle sprawiają, napinania, i ogień, czyli gorącość czynią, są niedobre. — Gdzie miejsce napuchłe bardzo boli, lub zbyt czerwonym stanie, tam plastery są niebezpiecznymi, i niepożytecznymi. Gdy materia głęboko znajduje się w ciele, plaster w tym razie będzie szkodliwym, lubo do dojrzałości materią przyprowadzić może, ale iey nie potrafi wyprowadzić, dojrzała materia zapieczętuje i zatwardnieje, a przy pomocy plastru, nabrawszy ostrości, rozjątrzać się, trawić około siebie ciało, i kość pruchniającą uczynić potrafi. Jeżeli foki w ciele popfutemi będą, tedy plastery wszystkie, wyjąwszy odmiękczające, przy pomocy lekarstw nic nie pomogą. Najszkodliwsze zaś są plastery, gojącami nazwane, które rany, i wrzody, natychmiast goić zwykły. Na rany niepotrzeba plastrów które wrzody goją, są zabijającami chorego, bo rany i wrzody, mają być wprzód wygrzanemi, i wyczyszczone, a po wyprowadzeniu zupełnie materii, sama natura goić je stara się. — Nierostropną rzeczą jest

jest w gorączkach, chcieć gorącość usmierzać, przykładaniem iakowych chłodzących rzeczy na pulsy, wszakże każdy biegnący prędko, musi uczuć gorącość, a przecież ztąd gorączki nie miewa, bo chociażby też i naybiegłszy Doktor, nie może zapalającej choroby, lub w niej przypadającego bólu, niespokojności, bezlenności, i innych ucisków ztąd pochodzących, natychmiast usmierzyć, cierpliwości potrzeba, a wszystko się z wolną uspokoi. — Jeżeli choroba długo trwa, temu nie zawdy sam Doktor winien, bo Doktor ile człowiek, daie lekarstwo pacjentowi, ale Bog daie zdrowie, komu chce, i iak mu się podoba, niektóre są choroby, które z swej własności długiego do leczenia czasu wyciągają, niektóre, z opóźnionego leczenia, lub z złego albo opaczego zrozumienia choroby, niektórym są sami chorzy przyczyną, że nie chcą słuchać Doktora, z boku bab, ciotek, i szerletanów słuchając, lub nie szanują się w chorobie. Na ból i bezsenność, żaden rostropny Doktor nie przepisze lekarstwa, bo sam od siebie usmierzy się, a ten sam przydzie, gdy będzie tego pora, to jest: gdy choroba już opuścić zaczyna, lub wcale ustąpi, często porządne życie, w

H

cieple się trzymanie, w łóżku spoczywanie, przy należytem parowaniu ciała, więcej nierównie pomoc może, niżeli naylepsze lekarstwa.

*Porządek życia w przeciągłych chorobach.*  
**D**ługimi i przeciągłymi chorobami nazywają się te, które, dłużej nad czterdzieści dni przeciągają się. — Trafia się i to nawet, że zapalające choroby, na przeciągłe przerzucają się. — Niemniej należą tutaj także wrzody, które, bądź to z konstytucyi ciała, lub z Rodziców sukcesyonalnemi bywają. — Wszystkie te przeciągłe choroby, ukazują nam, w walczeniu siłę i moc przyrodzenia, która się tym sposobem materji nieczystey, a sobie szkodliwej pozbyć stara, czym w niektórych chorych sprawia gorączkę, a w niektórych nie. W tych przeciągłych chorobach, gdzie z plugawey materji gorączka się wzmacnia, potrzeba odwilżających pokarmów zażywać, naprzykład: Ryżu, Jęczmienego klijku, mlecznych potraw, (kto je lubi) a porzucić wino, i wszelkie trunki, korzenie wszelkie, dziczyznę, i wszystkiego tego strzedz się, co zapalać może. — Długo trwające choroby, bez gorączek, iako to: Podagra, żużel nie.

niemocy, i świeżbowate osutki, wyciągają niemniej strawnych pokarmów, świeżych ogrodnic, bez omasty wiskielkicy, nabiałow, ięczmienney, ryżowey, i owianej kaszy, co wszystko w tych razach, bardzo choremu służy. — W przeciągłych chorobach zaś, które z słabości suchych żył, czyli nerwow, i niewytrawionych sokow pochodzą, między które puchlina, nabrzmałość, i gruczołowate narosliny, rachują się, potrzeba bardziey wzmacniających, iak tuczających, potraw zażywać, między któremi, i mocne wina, czasami używane być mogą, z tym wszystkim, niepotrzeba od tych prawideł odstępować, że: lepiej mniej pokarmu zażywać, niż się go zdają siły wyciągać, na który strawniejsze rzeczy obieranemi być mają. — Należy wszystko: że w tych chorobach, trzeba czystego powietrza, poruszania się znacznego, i częstego zażywać, rozrywek szukać, a wszelkiego zmartwienia się i troskow ile możności chronić.

*Porządek życia w zapalających chorobach.*

**Z**apalające choroby, bieg swoy szypko odbywają, i albo polepszeniem zdrowia, albo śmiercią, kończyć się zwy-  
 Hą



kły, zkad na portadnym, i przyzwoi-  
 tym w tey chorobie zachowaniu się, wſzy-  
 ſtko prawie zawiſło, bo najmnieyſzy  
 bład w tey mierze popełniony, może  
 chorobę przedłużyć, albo ſmiertelną u-  
 czynić. — Jeżeli ieſt gorączka gwałto-  
 wna, trzeba ją trochy poſkromić, obſitym  
 zażywaniem wodniſtych napoiow, i  
 enem chłodzących braniem, by żyłom  
 ſuchym poſolgować, pokarmu bardzo ma-  
 ło zażywać należy, bo inaczey czyniąc;  
 rozdwaiałaby ſię ſiła przyrodzona, zaba-  
 wiając ſię gotowaniem pokarmu zażyte-  
 go, i niemogłaby nierownie potrzebney-  
 ſzey rzeczy, uſzczuploną ſiłą, to ieſt wy-  
 wędzenia z ciała ſzkodliwej materyi, do-  
 kazać. Niepotrzeba więc bab, ani ſzar-  
 letanow, albo oleykarzow, w tym rady  
 ſuchać, ktorzy zaraz na początku cho-  
 roby kaźdey zapalającej. ſame mocne  
 roſoły do iedzenia choremu podają, kto-  
 remi, gorączka od dopinania ſwego za-  
 miaru, z nagłą zrażoną bywa, czym iey  
 uſiłowania, ſtaią ſię ſpoźnione, albo wca-  
 le bezskuteczne, a naſtępitwa częſto o-  
 kropne. Jak ſię tylko gorączka uczuć  
 da, natychmiaſt; wſzyſtkie poſilne po-  
 karmy porzucić należy, pierwſzych dni  
 ſam cienki roſoł iedząc, na napoy, wo-  
 dę jęczmienną zażywać można, kto-  
 ra



ra chorego nie tylko pragnienie ugasi,  
 ale też i poſili go, atoli: coraz daley,  
 iak tego okoliczności pozwałać będą,  
 można będzie porcyą roſołu powię-  
 kizać. — W Affekcyach piersi, w kol-  
 kach boku, i w zapaleniach płuc, potrze-  
 ba co do pokarmu, prawie ieſzcze wię-  
 kſzey baczności przykładać, i ſciſley-  
 ſzego ſię życia ſpoſobu imać, bo: że w  
 płucach żywiący ſok, z pokarmow w  
 krew ſię przemienia, łatwo pojąć mo-  
 żna, iż gdy ta część chora będzie, tym  
 mniey zdatną ſtanie ſię, do wygotowa-  
 nia tego tak bardzo potrzebnego ſoku,  
 z tey przyczyny, ſciſta mierność czyli  
 dyeta, w tych niemocach, zachowywana  
 być powinna. W chorobach, ktore żo-  
 łądek i wnetrznoci zajmują, z tychże  
 ſamych przyczyn, należy bardzo ſzczu-  
 pły życia ſpoſob zachowywać. — W za-  
 paleniach niźſzey części ciała, gdyby  
 kto w żołądku, w wątrobie, w ſlakach,  
 lub innych do ſtrawności potrzebnych  
 częściach, odnioſł iakową ranę, przez  
 coby przeiſtoczenie żywiącego ſoku w  
 krew, tym tępiey wykonywane być mu-  
 ſiało, iak nayſciſleyſzą dyetę, zachowy-  
 wać należy. — Od dzjeci, i podęſzłego  
 wieku ludzi, niekoniecznie ma być tak  
 ſciſto, i akuratnie, ten przepis zachowa-  
 ny,



ny, iak od ludzi dojrzałego wieku, co się ma rozumieć, o delikatnych, i słabowitych ludziach.

*Porządek życia w Dysenterji.—*

Najlepszymi zapobiegającymi środkami od dysenterji, są następujące: Wstrzymywać się od mięs, zwierzyny, gęsi, i kaczki nawet są podeyrzane, nade wszystko, żadney potrawy, bez soku cytrynowego, lub octu, nieiadać, do pieczonego, gotowane i w occie z świeżym masłem sporządzone ogorki, być mają zawsze miaśto sałaty, są bowiem pomagającym w tej chorobie pokarmem. — A toli sałata z surowych ogurków zrobiona, chociażby była octem winnym i masłem zaprawna, jest przecież dla takowych trochy niebezpieczna. — Sałata zaś z kapusty zrobiona, ciężko pracującym ludziom, a nie dysenterją cierpiącym, jest zdrową. — Z rosółem, można dla takowych gotować Endywią, rzepę, marchew, obrane ogorki, szczaw, z trochę grubych ięczmiennych krup, lub ryżem, albo też, pod rosół sucharkow, lub suszonego chleba, nadrobić można. Jarzyny korzonkowe, to jest: gotowana marchew, ćwikła, kwaśkowato sporządzone kartofle,



flę, są silnym ludziom nayprzyzwoitsze, ćwikła znosi wprawdzie ostrość żółci, ale dysenterją cierpiącym jest trochy ciężką, leguminy, mało co omalczowane, i to, należycie wyrobione, są dołyć zdrowym pokarmem, owoc dojrzały zwłaszcza śliwy, i winne grona, są im bardzo pomocne, gdy nawet w późną jesień dysenterję panują, niechay zdrowi zamiast gorących trunkow, iadaią na śniadanie, dojrzałe owoce z białym chlebem, ciężko zaś pracujący ludzie (jeżeli ich na to stać) niechay przy śniadaniu, piiaią wino z wodą zmieszane, piwo dobre uwarzone, wino Ryńskie z wodą kryniczną, ubodzy ludzie, gdy pragnienie mieć będą w tej chorobie, mogą pić wodę z ięczmienia wygotowaną, do ktorey, można będzie garsć suszonych kwaśnych wisien wrzucić, lub zamiast wisien, można do pułgarca tej wody, filiżankę dobrego winnego octu przylać. — Świeża kryniczna woda, z sokiem cytrynowym i winem, jest nieofzacowanym lekarstwem do ustrzeżenia się dysenterji, mleko kwaśne, i maślonka krowia, ma niemnieyszą swoją zaletę, nade wszystko: w czasie panujących, lub tylko słysząc się dających zaraz, miernością, czyli dyetą, pierwszy zapobiegający krok;



krok; tak co do iadła, iako też i co do  
 picia, uczyniony być powinien, wszy-  
 fkiego się wystrzegając, coby tylko za-  
 szkodzić mogło, by ztąd sny spokojne  
 i łagodne, przy dobrym parowaniu, nastę-  
 powały, teyżże staranności używać po-  
 trzeba, żeby się niezaziębiać, iakimkol-  
 wiew to bądź sposobem. — Po gorących  
 letnych upałach, tym wczesniej zimno-  
 we suknie na się brać przynależy, by go-  
 racem zaostrzałe wilgotne pary w ciele,  
 zimnem ściśnione pozostawszy się, potym  
 na wnętrznościach, nieofiadły. — Ktorem  
 się nogi pocić zwykły, niechay się za-  
 wdy staraia one w tymże pocie, lubo  
 zkadinąd nie miłym, ale ich zdrowiu  
 bardzo pożytecznym, utrzymywać. —  
 Kto po spoceniu się dziennym, wieczor-  
 nym chłodem do domu się wraca, nie-  
 chay się pozapina, a kroki wedwoyna-  
 sob powiękła, by ciało, w równym pa-  
 rowaniu utrzymywane być mogło. —  
 Strzedz się pilnie brzuchem pod cieniem  
 drzew na murawie spoczywać, lub wca-  
 le przysypiać się, bo z tego łatwo dy-  
 senterya napadać zwykła, i śmiercią nie  
 jeden już tego przyplacił, nieczystość  
 ulic, iako też nieochędostwo w izbach,  
 zwłaszcza sypialnych, wiele się do cho-  
 rob ofobliwie w ludnych miastach przy-  
 kła.



kłada, zapobiegać temu izb przewie-  
 trzaniem, okien otwieraniem, a po wil-  
 gotnym powietrzu, kadzidłem przeka-  
 dzać izby, lub skrapiać podłogę octem  
 z wodą zmieszany, zwłaszcza tę, w  
 których wiele ludzi spoczywa. — Gdyby  
 kto mimo tych wszystkich zapobiegają-  
 cych sposobow, przecięż gorzkość w  
 usciach, obrzydliwość wszelkich mię-  
 siew, niezwyčajne pragnienie, gniece-  
 nie i ciężkość w dolney części brzucha  
 uczuł, lub napadające morzysko, hur-  
 kotanie, nieregularność w zwyczajnych  
 stolcach, albo idące stolcem robaki, u  
 siebie postrzegł, niechay nieomieszki-  
 wając, poradzi się znającego się na tym  
 Doktora, a tym czasem: wstrzymać się  
 od wszelkich mięsow, jajec, i gorących  
 napoiow, od wszelkich gwałtownych prac  
 i namagałości, a to, by tym zamieszania  
 w swym ciele, coraz bardziey nie powię-  
 kszal, wielą bowiem chorobom, można  
 by było w początkach zapobiec, gdyby  
 był chory, pierwszych zamieszania w swym  
 ciele zaszytych, Doktorowi zawczasu  
 zwierzył się. —

*o Przedłużeniu życia ludzkiego.*

**P**zed owym powszechnym Swiata po-  
 topem, żyli ludzie po kilkaset lat,  
 iak

jak o tym pismo S. świadczy. — Atoli od czasu Mojżesza, już tylko około Osmiudzieści lat, naydaley gdy się życie przeciąga. — Wszelako: mamy przykłady, że i dłużey ludzie życie swoje przeciągali, iednakże to przykłady rzadkie, i między dziwa liczyć się mogą:

Zycia długiego zasada czyli fundamentem, bywa dobry utwór czyli temperament natury, a ten: krwistym właściwy, gdyż u nich, ciepło z wilgocią przedziwnie dobrane, wpięra się nawzajem, gdzie przeciwnie w drugich utworach, mieszanina własności muięey zgodna do przedłużenia życia, widzieć się daie, iak to: ciepło z suchością w Choletrykach, wilgoć z zimnem, w Flegmatykach, i zimno z suchością w Melancholikach.

Wielą się atoli przykładem przedłużenia życia mierność iadła i napoiu, ktorých podług strawności żołądka, używać należy, co oczywście wydaie się na Zakonnikach i Zakonnicach, u ktorých wikt prosty, ostrością Zakonną określony, w czerstwości starcom przeciąga życie. — Wszelako: i między temi, ktorzy sposobem pospolitym, a czasami i obfitym, byle to tylko niezbyt często bywało) żyją, długość życia zwykła się znaydo-

dować, ba co więkfsza, że czasem dłuższa od tamtych. — Wszelako, mierność umiarkowana, iak zdrowiu, tak długiemu jest nayprzyzwoitsza życiu.

Rozność, czyli rozmaitość potraw oraz pożywana, z powszechnego doświadczenia, przeciwną bywa długiemu życiu. — Atoli mieszanie iednego dnia różnych trunkow, ieszcze szkodliwym staje się nad mieszanie w iedle. — Z tym wszystkim iak bale tak i hulawki, przedłużeniu życia niezaskodzą, byle tylko rzadko, i niby trefunkowo bywały.

Potrawy, czyli iadło bez przypraw, dofyć zdrowym bywa pokarmem, dobranemi atoli przyprawami urządzone, ieszcze bardziey służy. — To iest: potrawom przytwardżym, przyprawa i napoy należy się mocnieyszy, tym zaś, ktorę łatwieyszymi bywają do strawienia, przystoi napoy cieńszy, a przyprawa mśnieysza, czyli krasnieysza. —

Jak mierność umiarkowana służy, tak głód, czy zbytnie posty, bywają szkodliwemi, pragnienia zwłaszcza unikać należy, gdyż żołądek zawdy czysty, atoli wilgocią napoiiony utrzymywać potrzeba. — Lecz wiedzieć i o tym należy, iż mieysce w ktorym mieszkamy, do przedłużenia lub do skrocenia życia wiele

le się przykłada. — I tak: w krajach chłodniejszych, zazwyczaj dłużej ludzie żyć zwykli, niżeli w gorętszych, na wysepach i na kępach między zdrowemi wodami leżących. długie obywatelom zwykło sprzyjać życie — Miysca gorzyńte i wyższe, bardziey długiemu sprzyiają życiu, niżeli niskie i doliny. — Powietrze czyste i niednakowe, bardziey służy, iak odmienne lub zbyt burzliwe. — I rowiny, byle nie zbyt piaszczyste, albo z drzew i z wysokich roślin ogołoczone, bywają dofyć długiemu sprzyiające życiu. —

Powietrza niednakowość w mieszkaniach, iak zwykła bywać szkodliwą, tak przeciwnym sposobem, odmiana powietrza na wiozjach, bardzo długiemu służy zdrowiu, odmiana bowiem takowa, orzeźwia nerwy, i sił dodaje ciału.

Stan Rodzicow, tak ze strony Matki, iako i ze strony Oycy, wiela bardzo wpływa w długość życia Synowskiego, osobliwiey atoli Matki, zwłaszcza w czasie ciąży, iak się będzie miała, i iak się będzie zachowywała. Niektore familie czyli pokolenia, z natury swojej bywają długo żyjące, gdzie przeciwnie, niektore krotko żyją, lub iakowey wadzie czyli defektowi dziedzicznie w  
fami-

familii panującemu, podlegała. — Ci ktorzy mają iakby lśniące się lica, takż skurę na ciełe, i włosy, nierownie zwawłzemi bywać zwykli od tych, ktorzy włosy rudego, skaragniadego, lub gniadami popstrzonego. — Nawet, rumianosc zbyteczna lica za młodu, krotkize oznacza życie, niżeli bladosc. — Skura przytwardza na ciełe, lepiej obiecuje, niżeli zbyt miętką, czoło nawet znaczniejszemi marzyczkami, czyli brozdamy poorane, lepiej znaczy, iak gładkie i wycmukłe. — Włos na głowie przygrubszy lub szorstki, bądź on prosty, bądź kędzierzawy będzie, bardziey długie życie oznacza, niżeli mięki lub bawelniany. —

Prędsze, lub w latach późniejszemy ołysienie, niczym się nierozni, gdyż powizechnie, lysi dosć długo żyć zwykli. Nawet siwizna za młodu rzucająca się, nic nie znaczy, gdyż i ci ktorzy w późszleych latach siwieją, niekrotnie dłużej żyć zwykli, od tamtych. — Ktorzy z wolna i przez długi czas rosną i meźnieją, dłuższego spodziewać się mają życia od tych, ktorzy zbyt młodo tyją i meźnieją. Stan przykrotkizy, a nogi przydłuższe, lepiej znaczą, iak stan długi, a nogi krotkie, toż samo znaczy  
ciało



ciało żyłowate, kościste, i stan niby grubopłaski, przeciwnie zaś; żyły cienkie, kibić wycmukła, lub sztyła cienka — Toż znaczą nozdrza i usta przywięklsze, uszy chrzątkowate, zęby gęste i zdrowe, piersi rozłożyste lecz niewypukłe, ręce przydłuższe, a dłoń nie zbyt głęboko bruzdami zorana, przeciwnie zaś, wszystko krotkość życia obiecuje. — Ciało chuderlawość, przy poskromionych namiętnościach, długie obiecuje życie, oczy przywięklsze i nieiakowys ogień w sobie mające, doweip i inne zmysły gdy nie zbyt, bystre i dotkliwe, puls czyli bicie krwi z młodu gdy powolniejszy, a z latami prędzysze, dobrze znaczą. — Kto się w osmym miesiącu urodził, takowy długo żyć niezwykły. — Zimą na świat wydani, dłuższego spodziewać się mają życia od tych, którzy latami zrodzeni.

Sposob życia Zakonny i powolny, dłuższe życie obiecuje, iak zbyt ruchawy i szastający się. — Ci co swe życie nad Książkami lub w sposob siedzący spędzą, jeżeli nad rzeczami wesołemi i bawiącemi ich, tedy przedłużają swe życie, jeżeli zaś nad rzeczami obojętnemi a mozolnemi, siedzą, tedy skracają go. — Czyliby częste krwi pulsowanie,  
do

do długiego przykładało się życia, rzeczą ieszcze jest wątpliwą. —

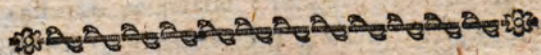
Wszelkie korzenia i trunki mocne, krew i soki wiele rozpalają, i życie skracają, przeciwnie zaś; salitra w dziesiątej części między sol mieszana, i tak nią potrawy solone, do długiego przykłada się życia. —

Sen mierzny a spokojny, pomaga, nawet po obiedne krotkie przedrzymanie się, służy, przeciwnie zaś, wszystko szkodzi. — Sposob życia z młodszych lat ruchawy i czynny, przedłuża życie, w starszych zaś latach, spoczynek, częste strawnych rzeczy potrosze poiadanie, i winem popitanie, izba ciepła, i życie bez troskow służy.

Zbyteczne uciechy, wyniszczają siły, wesołość zaś sąsiedzka, wzmacnia je. Tlumiona w sobie radość i spodziewana czegoś nadzieia, służy do przedłużenia życia, przeciwnie smutek, obawianie się, gniew, i nienawiść skracają życie. — Wstydlivość wrodzona dłuższego oznaką bywa życia, lecz nagle kogo zawstydzenie do pomieszania zmysłow przyprowadza. —

Ciała ochynienie zimną wodą służy i pomaga, przeciwnie, kompiele ciepła i łaźnie, szkodzą. — Bardziej służy  
dłu-

długiemu życiu iadło pieczyfte, niżeli z wodą gotowane, a przyłmazania w całe szkodzą.



## DZIAŁ IV.

*o Niektórych domowych lekarstwach, na rozmaite choroby.*

**D**LA niedostatku po różnych miejscach doskonałych Doktorów, chwycić się zwykli chorujący z potrzeby w bliskości znajdujących się szarletanów, żydów, Bab, i Oleykarzów, od których częstokroć albo większey iefzcze choroby, albo też i śmierci samey nabywa, lub zafarbowane a bezskuteczne, tylko grosz wyludzające kupuje lekarstwa. Czemu zapobiegając na dalszy czas, podaję na niemocy lekksze, łatwe do leczenia domowe sposoby. Na inne zaś choroby, chociaż szczupły, ale dostarczający Regestrzyk. Zioł i Lekarstw, ktoremi w poszczę-

czatkach chorob, ratować się można, a przy pilności i staraniu, nawet i wielkie zmniejszonemi być mogą.— Każdy gospodarz powinienby się słusznie w następujące zioła, korzenie, kwiecie, jagody, sole, powidła; iako też w winny ocet, miód prasny, Dryakiew, krople żołądkowe, dla potrzeby domowey opatrzyć, z tych naypotrzebniejszymi zaś te są: —

### Z I O Ł A.

Podbiał, Mięta, Krwawnik, Ptaszarka, Centurya, Piodun.

#### *Korzenie.*

Cykoryi korzeń, Szlazu włoskiego, Jalapy, Łopianu, Lukrecyi.

#### *Kwiecie.*

Rumiankowe, Bzowe, i Cierniowe. —

#### *Jagody.*


Jalowcowe. —

#### *Sol.*

Gorzka Sedlicka Sol, Salitra, i Winny kamień.

#### *Powidła.*

Bzowe, i Jalowcowe.



*Sposob używania i skutki.*

*Podbiat.* Nalanie (\*) tego ziele skuteczne bywa, w rozmaitych piersi niemocach i kaszlach, zamiast cukru, może być miodem słodzone.—

*Mięta.* W wrzącej wodzie zagotowana, wzmacnia żołądek, rozpędza kurcze, usmierza womity, a czasami i bole żołądka.—

*Krwawnik.* To ziele, iako też i jego kwiat, jest bardzo pomocne w zamuleniach, w kurezach żołądka, w grzbie-

tu

(\*) Nalanie *Infuzjo.* Nazywa się, gdy ziola iak Arbata wrzącą wodą polane będą, Kwiecia warzyć nie należy, bo częścią siłę tracą, częścią tym gotowaniem nieprzyjemnego smaku nabývają właśnie iak herbata. Na listki Senesowe nalane wodą, pod przykryciem przez kwadrans postać może, jeżelilibys później niżeli za kwadrans pić miał, zley pięknie z listków i schoway, ile w czterech palce nabrać możesz, do czterech filiżanek wody dosyć jest. Dekokty i napoje, po godzinie gotowane być mocno powinny, ktoby chciał mocniejszym je uczynić, niechay je dłużej gotuje. Kleykowate korzenia, iako to: Szlazu włoskiego, potrzeba dłużej gotować, Korzenie zaś do gotowania, mają być pięknie drobno pokraiane, aby z nich moc wodą wyciągnąć mogła. Korzenie gorzkie, to jest dziki pod-

tu bolach, w płynieniu złotych żył, w różnych krwi płynieniach, i po Febrach. Parzy się go wrzącą wodą, i to nalanie piie zamiast herbaty, albo też: nalawczy na niego wins, niechay wymaka.

*Prasza ruta.* Jest gorzkie, rozwalniające, i krew czyszczące lekarstwo, gotuje się w wodzie, albo moczy w winie i zażywa. W niemocach skóry, w zatwardzeniu wnetrzności, w gorączkach, lub zaraz po opuszczeniu ich, zażywana, mocno pomaga. Wyprowadzają z niej w Aptekach sol długim gotowaniem,

I 2

roźnik, Prasza ruta, Mlecz niski, zbyt długim gotowaniem gorszniej i brzydniej, kto je tak pić może, prawda że lepiej uczyni niż ten, co ile tyle wygotowane zażywa, bo woda zaprawiona nic niepomaga, nareszcie: można będzie miodem osłodzić. Korzenie świeże, są nierownie skuteczniejsze niżeli suszone. Napoje mają być z rana zażywane, ale napoy z Podroźniku i Mleczu niskiego winem zaprawny, można przy stole, i po obiedzie zażywać. Używanie statecznie bez przerwania i długie, skutek pożądany przyniesie, kto zaś raz, dwa, lub trzy, albo kiedy niekiedy zażywać myśli, niechay lepiej nie zażywa. Piąc co dzień naymniey po pułkwarty, i to dwa razy na dzień, piąc należy, mniej piąc, nic nie pomoże.

którą zęstiła na pigułki wyrabiają, i w różnych niemocach używają.

*Tyfiączne ziele* albo *Centurya*. Jest gorzkie, na żołądek służące, które w winie lub gorzałce zażywane być może, służy tylko na zepłucie żołądka, iadłem lub picciem, na zbytnią wodnistość żułci, i bezsilność iey; na zbytnią obwisłość wnętrzości. Niechay go ci którzy są bladey cery, ciała nabrzmiałego, strawności popsutey, i do puchliny skłoni, zażywają, bo im wielki pożytek przynieście. Służy także to ziele, i na puchliny po febrach przypadające.

*Piotun*, Niemniej gorzki, atoli żułc, niestrawność, i soki poprawiającym lekarstwem jest. Zażywać go można, albo ztarty na proch, albo wymoczony w winie, przez godzin czterdzieści i osiem, ktorego wina na dzień można piiać, po dwie, lub trzy, szklaneczki.

*Podroźnik*. Jest gozrki, mydlowaty, a rozwalniający korzeń, który potrzeba w wodzie gotować, i pić tę wodę, albo samą, albo też z winem zmieszaną. — Czym się lepiej wygotuie, tym skuteczniejszym ten napoy stanie się, iest oraz krew czyyszczącym lekarstwem. —

*Slaz włoski*. Niezmiernie iest klykowitz, przeto w kaszlach suchych, w

bo-

bolach żywota, w bolach przy pulzczaniu moczu, i w chrapce, z pożytkiem zażywany być może, ale go potrzeba aż do połowy wygotować. — Niektorzy z tym korzeniem gotują otręby, i piiają tę wodę.

*Jalapa*. Czyści lekko i dobrze, na raz zadaie się iey od puł kwinty, czyli puł ćwierci lita, aż do całej ćwierci. — Jeżeliby ta porcy dla żołądka mocnego za słaba była, można do niey winnego kamienia przymieszac. Albo też można do 30. ziarn senu, przydac 20. ziarn Jalapy, i zaraz zażyć.

*Lopian*. Ma korzeń mydlowaty, i krew czyyszczący własności, który w rozmaitych chorobach, soki ciała rozwalnia, one wycięcza, i zbywające wyprowadza. — Sypie się go pełna garść do kwarty wody, którą wygotować do połowy lub do trzeciej części potrzeba, która powoli przed południem wypita być powinna od chorego. Ten trunek iest bardzo skuteczny w bolach członkow, w fluxyach, w ostrości krwi, w zamuleniach wnętrzości, i w osutkach wszelakich.

*Lukrecya*. Smaku iest słodkiego, a klykowatego, łatwo się daiąca wygotować, ale i bez gotowania, trzymając

ko-

korzonek w gębie, żuwać go można.— Zgotowanej Lukrecyi razem z Rozynkami, i z jęczmieniem obieranym, aż do rozwarzenia się onego, bywa bardzo służący napoy na piersi.— Jeżeli kaszel zbyt gwałtowny będzie i suchy, można do niego korzenia Słazu włoskiego przyłożyć. Na też same niemocy, służy Lukrecyi sok wygotowany, który w sklepach przedają.

*Rumianek.* Jest korzenny i gorzki, uśmierzający bole, gotuje się iak Bzowy kwiat, wrzącą wodą zalany, pie się go filzankami, w kolkach: pochodzących z wiatrow i oziębienia, w kurczach, w macicznym niemocach, w bolach żołądka, i w zbieraniu na się womity. Powierzchnownie zażywa go się w materacykach, i okładaniach, nalanie z niego, wielkich skutkow jest w Enemach.

*Bzowy kwiat.* Miłego będąc zapachu i smaku, lekkim, wybornym i tannim jest lekarstwem, sprawującym poty, zbierając go z krzakow, cienko rozmielany, suszyć należy w cieniu, a wysuszony chować na suchu. Nie można w cztery palce nabrać, wrzuca się do trzech filzanek wrzącej wody, nakrywa się przez kwadrans, potym zlać można do picia. To nalanie, służy we wszel-

wszelkich przypadkach i chorobach, służy na wpędzony nazad i zaziębiony pot, na fluxyie, na dysenteriją, na katar, na łamanie po kościach, na przemiatające i biegające bole, na głowy bol, na przenikające zimno z gorącym na przemiany. Powierzchnownie przykładany być może w bolach i puchlinach z fluxyją pochodzących, w rozach na twarzy, w łamaniu, w dysenteryi, z prażoną żytną mąką lub otrębami, iak materac lecz nie gorąco, boby bardziej zaszkodził. Jeżeli puchlina pochodzi od zapalenia, tedyby suche woreczki zaszkodziły, boby zatwardzenie sprawiły, z tegoż samego nalania, przydawszy międu prażnego, i trochy octu, dobre płukanie na gargaryzacyją, w zapaleniu gardła, sporządzone być może.

*Cierniowy kwiat.* Laxującą moc ma, można go wrzącą wodą nalać, lub tylko w winie wymoczyć. Od robakow pomaga, suszy się w cieniu, a w suchu chowa.

*Jałowcowe jagody.* Są gorzkie, kożenne, żołądek wzmacniające, mocz wypędzające, rozwalniającey własności, w różnych dolegliwościach, używać ich można, czyli to potłuczone iedząc, czyli też z nich nalania wodne, lub wymoczenia



nia winne, zażywając, w zepsuciu żołądka, same jagody, lub z nich powidia, z rana na czczo zażyte, naprawują strawność onego, kadzenie niemi w izbach, zdrowe jest.

*Sedlicka Sol*, Tey soli: trzy, cztery, lub pięć łotow, przyzwocie w wodzie rozpuszczonych, wybornym bywa laxansem, który otwierając zamulenia, bez bólu wyproźnia, i gdzie inne lekarstwa ruszyć nie mogą, ta sol ruszyć potrafi. Mocney konstytucyi ludzie, mogą puł kwinty Jalapy, i 2. łoty soli, na ieden raz zażyć. W słabszych konstytucyach 2. kwinty soli rozpuszczone w kubku pełnym wody, znoszą zatwardzenia i zamulenia w niższej części żywota zaległe, rozdziela klykowatości, i moczem ie wyprowadza, popliając po zażyciu zimną wodą. Od zniżającego się na iey skutkach Doktora, może być w przeciagłych chorobach, bardzo skutecznie dawana. Do iednego łota tey soli, potrzeba puł kwaterki wody.

*Salitra*. Jest chłodzącey i rozvolniającey mocy, można iey zażywać w rozpaleniach, w gorących bokow kłuciach, w zapaleniach śledziony, lub innych części, w suchym a wielkim gorącu, w ciężkim oddychaniu, twardym pul-



pulsie, zgeftnialey krwi, można ią dawać w profzku, lub rozpuszczoną w wodzie, puł kwaterki wody, do kwinty falitry dosyć jest. I w innych gorączkach, w których wielki upał bywa, można zażywać falitry, po 10. lub 12. ziarn; niektorzy wśypią ią do jęczmienney wody na napoy, a inni na płukanie gardła, czyli gargaryzacją, używają.

*Winnny kamien*, czyli *winna sol*, zwana pospolicie *Kremortartary*. Jest lekarstwem takim, bez ktorego się dom obeysć nie może, w bardzo wielu chorobach mogąca być zażywana, bo chłodzi, rozpuszcza, i pędzi mocz, odpiera zgnilźnie i gorączkom, zadaie się w profzku, po iedney, lub po dwie pełne małe łyżeczki, co 3. lub. godziny w wodzie, lub serwatce, która chłodzi, pragnienie gasi, usmierza żuć, nieczystość wyprowadza moczem, otworzystości do wyproźnień czyni, z wielkim pożytkiem może być zażywany we wszystkich cholerycznych, i zgnitych gorączkach, w gorzkościach ust, i po gwałtownym ugniewaniu się. Używanie czyste, z *Rabarbarem* zmieszanego winnego kamienia, skutecznym lekarstwem bywa w zatwardzeniach żywota, w zgromadzeniu się plugaństwa wewnętrznego, w wylaney

żuć.



złuci, w kolce, w łozney chorobie, w dyfenteryi, w hipokondryi, i w hemoroidalnych dolegliwościach. Chcąc by się zupełnie rozpuściła, potrzeba ją w wodzie gotować, wrzuciwszy do niej gdy wystygnie rozkroioną Cytrynę, łagodnym stanie ci się napoiem, który osłodzić można.

*Powidla Bzowe.* Bywają kwaśkowane, rozwalniające, poty sprawujące, i w rozmaitych chorobach używa się ich skutecznie, częścią z wodą na napoy, częścią z proszkiem raczych oczow, i solą zmieszane, częścią do innych lekarstw zażywane. Nadewszystko że są łatwym do zrobienia lekarstwem, są skuteczne w oziębieniach, w zaziębionych potach, w katarach prawie nie lepszego i pewniejszego zadawać się nie może, nad te powidla, zażywając na dzień po dwa razy tych powideł, po jedney lub po dwie łyżki, w ciepłym bżowego kwiatu herbacie. Niektorzy rozpuszczają w wodzie też powidla, z których miły i łagodny napoy robią, a że kwaśkowanym bywa, ztąd i pragnienie usmierzaącym jest. Zamiast wody do picia w niemocach piersi, można w jęczmienney wodzie miodem osłodzoney, te powidla rozpuszczać.

Ocet



*Ocet winny.* Jest niepospolitych w lekarstwach własności, w wielu zapalonych chorobach, na podziw dokazuje, zmniejsza gorącość, pragnienie gasi, sprzeciwia się zgniliznie, rozpuszczając ją i potami wyrzucając, zażywać się może z wodą czyli serwatką, albo też z jęczmienia gotowaną wodą. Zamiast napoiu, można jedną część octu, z trzema lub z czterema częściami wody pomieszać, a dla miłszego smaku, cukru lub miodu przydać, takowym sposobem sporządzony i rozpuszczony, służy we wszelkich gorących niemocach, w zgnitych i upartych gorączkach, w kłuciu w boku, w zapaleniu śledziony, sprzeciwia się płowaniu się fokow, zmniejsza gorączkę i iey upał, gasi pragnienie, i ostrość wyprowadza. Kogo stać na to, może się na lato i na zimę, w poziomkowy, i wiśniowy, ocet opatrzyć, niemniej skuteczny jest ocet z serwatką, Ocet ten winny powinien być czyły, i sam z siebie dobry, a nie przez przydawanie czego takowego naprawiany, i czym z lepszego wina ten ocet będzie, tym też mocniejszym i skuteczniejszym stanie się, bo z podłego wina, podlejszych także własności ocet bywa. W mdłościach przy-

pa:

padających, jest do ocierania chorego lepszy, niżeli Spiritus z Melissy, trzymając go pod nosem.

*Prasny Miod.* Niemniej jest potrzebny domowym lekarstwem, i u każdego Gospodarza znajdowaćby się powinien; ma w sobie rozwalniającą i otwierającą własność, i kłykwałości rozpędzającą moc, którego zamiast cukru, powszechnie do wszystkiego używać można, osobliwie pomocnym bywa w katarach osiadłych na piersiach, w kaszlach, bądź to zgorączką złączonych, lub nie, w zamuleniach, w kłuciu w boku, w zapaleniu śledziony. Można go świeży z plasterow zaraz iść, albo też rozpuściwszy w wolnym cieple, często łyżeczką od kawy pożywać, w zapalających chorobach, łądzi się nim jęczmienna woda, kto zbyt słodko nie lubi, może sobie podług upodobania octu przylewać. Płukanie gardła, lub do sprycowania, robi się pospolicie z miodu, wody, i octu, bo z samego octu zbyt ostre jest, i szkodzi. Z miodem ocet tak się robi: Do rozpuszczonego w ciepłe miodu prasnego, przylewa się octu tyle, aż kosztując, łagodny smak mieć będzie, którego się w gorączkach i kaszlach, z wielkim pożytkiem zażywa.

wa. Może także służyć zamiast fokuna na piersi.

*Dryakiew.* Ta dwojaka jest: jedna Egierska, a druga Wenecka; pierwsza nie jest tak gorąca, lecz druga na żołądek lepsza; prawda: że już używanie obydwóch ze zwyczaju wychodzi, wszelako: gdy przyzwoitych czasów, i od znających się zadana będzie, pożyteczną bywa. Z uwagą iey zażywać należy, bo rozpala, rozłątrzy, i żywot zatwardza; pomocną jest, bo żołądek wzmacnia, orzeźwia, zagrzewa, często kroc bole i kurcze rozpędza, w przyzwoitej mierze i ostrożności zażyta, poty pobudza. Może zatym szkodzić, i pomagać, bo jest obojętnym lekarstwem, bez porady znającego się na niey, nie zażywać iey. W małym oziębieniu się, w zepfuciu żołądka, w kurczach żołądka, w katarach bez gorąca i gorączki, pomocną jest, zażywać iey iak groch Turecki czyli Fazola, na raz, a popić herbatą z browego kwiatu, lub z rumianku zgotowaną. Kogo po zażyciu w żołądku pali, znakiem jest, że mu szkodzi, napić się, natychmiast rozpuszczonego winnego kamienia, i strzedz się na potym Dryakwi.

*Kro:*





*Kropki żołądkowe.* Można w domu samemu sobie Essencyą żołądkową tak zrobić: Nadawszy na listki piołunkowe pięknie obrane, a w cieniu suszone, okowitki; ile chcesz, zatkawszy, niechaj latem na słońcu, zimą w ciepłe się wyczyści przy piecu, odcedź już wymokłe przez chustkę; i należy ją powtore na świeży Piołun, albo tyśiączne ziele, niechaj wyciągnie siłę tych ziół, prze-filtrowawszy, niey do używania. Atoli ta Essencya służy tylko zimnym żołądkom, albo tym, które się iadłem lub pićciem popsowały, gorącym z przyrodzenia, i młodym ludziom jest szkodziwa.

*Lekarstwo na Katar.*

**P**ijay po trzy razy na dzień: z rana, w południe, i wieczor, nalanie z Bzowego kwiatu.

Wziąć trzy, lub cztery razy na dzień winnego kamienia po łyżeczce od kawy, mało iedząc, strzedz się odtre-go powietrza i zaduchu. Kto ma Bzowe powidła, może ich idąc spać, na noc łyżkę zażyć.

*Na Febrę.*

**W** ten dzień, w który nie przypada, weź z rana, poobiedzie o czwartey

go-



godzinie, i wieczorem, po łyżeczce od kawy pełney zarowno zmieszaney winney i piołunkowej soli.

Gdy cię już trzęsie, lub przed nią, pij mocno Bzowy kwiat, iedz mało, strzedz się chłodnego powietrza i gniewu.

W wiosennych, lecz bardziey ieszcze w Jesiennych febrach, pomocna zażyć na wymioty.

W dni, w które febra ma przypadać, nie należy brać lekarstwa, lecz ciepły kwiat Bzowy pić można, i wystrzegac się, by febra nie zaistala żołądka naładowanego, bo się tym utrzymuje długo, naymniey przeto na cztery godziny przed febrą iesć przynależy.

Gdy nieustępuje febra po siódmym lub ósmym wytrzęsieniu, poradzić się Doktora, bo często potrzebną bywa rzecz, by febra dłużej swe paroxyzmy przeciągała.

*Na Biegunkę.*

**P**ół kwinty Rabarbaru zażyj, iedz mało, strzedz się tłustego, ieżeli nie ustranie, zażyj dnia trzeciego część trzecią kwinty przypalonego Rabarbaru, raz tego dnia iedz, a strzedz się chłodnego powietrza.

Na

*Na Dyssenteriją.*

**Z**aży z rana przypalonego Rabarbaru poł kwinty, popijay mocno serwatka, a czasem herbatą, nic innego nie jedz, tylko jęczmienny i owiany kliiek, strzeż się oziębienia i zimnego napoiu. Jeżeli się bardzo silisz na stolcu, każ sobie dać Enemę z jęczmiennego kliiku z oleiem lnianym. Jeżeli nie ustanie, weź nazajutrz dwa lub trzy razy przez dzień po łyżeczce od kawy pełney przez połowę mięszanego Rabarbaru z winnym kamieniem. Jeżeli maż w ustach gorzkość, język nieczyfły, a do tego czuiesz obrzydzenie do iadła, zaży na womity, co i kilka razy powtórzyć mozesz. Jeżeli w gorę idzie choroba, gorączka się powiększa, biegunka trwa iednako i gwałtownie, poradzić się Doktora nie zawadzi, lubo i ten w początkach rzadko co innego przypisować może, bo gwałtowna biegunka przed siedmią dniami, a czasem aż do czternastu niezwykła porzucać; kto zaraz z początku podług tego przepisu zachowywać się będzie, prędzey się iey pozbędzie. Nie wychodź na dwor w tey chorobie, miey stolec w izbie, szanowanie się i cierpliwość tutaj, iako i

w go-

w gorączkach, iest bardzo potrzebna, bole i stolce nie prędzey ustają, aż iadowita i rozjątrząca materya zupełnie zeydzie, ta zaś choroba nie zawdy iednakową w sobie bywa.

*Na Fluxye.*

**C**zęsto piiać nalanie Bzowego kwiatu, zażywać moczenia nog, przykładać na bolące mieysca, suche, ciepłe, woreczki z prażonych otrąb, lub żytney mąki, a staray się dobrze w łozku, zwłaszcza rano wyparować, potrzeba się przytym strzedz chłodnego powietrza, a jeżeli wilgotno na dworze, nie wychodzić: przytym jeżeli maż gorącość, utłuczoney na proszek saletry, na dwa końce noża wzięwszy, z bżowemi powidłami zaży. W tey chorobie czasem kurzenie się bursztynem iest pomocne; pod czas ta choroba wyciąga silnieyszch lekarstw, o czym się Doktora poradziś, zwłaszcza, gdy iuż ta choroba zadawnioną zostata.

*Na łamanie po kościach.*

**Z** początku tey choroby zażywać należy wzwyż wzmiankowanych lekarstw, ciepłych i suchych często ponawianych woreczkow, wieczorem pro-

K

szku ile 15. ziarn zawazy saletry z rakowemi oczami na spoj zażył, przy popilaniu bżowego kwiatu, strzedz się należy wina, iadać iarzyńy, i owoce gotowe, jeżeli z gorączką ta niemoc złączona będzie, można każdego rana po dwie godziny leżeć w łozku, a to byś należycie wyparował. Jeżeli będzie prawdziwą łamiącą w kościach chorobą, suchym bólem lub scyatyką nazwaną, to ugotuy pełną garść łopianowego korzenia w poł garcu wody, aż do połowy wywre, przecedź, rozpuść w niej bżowych powidel 15zkę, i popijay często. Tę część ciała w ktorey się ból znajduje, rozcieray dobrze ciepłą flanelą, albo ją zagrzeway woreczkami lub wełnianemi płatami. Rano i wieczor zażywać należy po tyżeczce od kawy, rowno zmieszanego winnego kamienia z salamoniakiem, i raczem i oczami, wystrzegając się wina, słonych potraw, kapufty kwaśney, i wizekiego zaziębnienia się. Krwi puszczenie czasem szkody w tej niemocy, łaxowanie nie zawdy pomoże, bo ta choroba musi koniecznie parowaniem, potem, i gęstym a mętnym moczem wyczyszczać ciało, kto się zimnego a wilgotnego powietrza nie chroni,

ni, nie będzie nigdy zdrowym, w upartych łamaniach, i bańki na bolące miejsca stawiane pomagają, rozcieranie ciepłą flanelą ma trwać przez długi czas, a to powłoczyło, często ponawiając. — Jest jeszcze inny rodzaj gorącego łamania, które z mocną gorączką, pulsem prędkim, i pragnieniem złączone bywa, i potrzebuie krwi upuszczenia, wreszcie iak z zapalającą chorobą obchodzić się z nim należy, takowe łamanie, nayeściej na silnych, krwistych i mocnych konfytucyi ludzi, z zaziębnienia napadać zwykło. A że ta niemoc często za sobą przyciągłe bole głowy, zębów, zkośnienie szyi, i scyatykę upartą sprowadza, dla tego, o iako nayprędze odzyskania zdrowia każdy w tym stanie znajdujący się starać się powinien, szkodliwego zaś powietrza, iako przyczyny powrotu tej choroby, iako nayużylniej unikać mu potrzeba.

#### *Na Gorączkę i Gorączkę.*

**Z** jedną częścią winnego octu zmieszay cztery, lub pięć części wody, osłodź miodem i pij, albo też; pijay ser-



watkę świeżą. Wrzód pełną garść obieranego Jęczmienia do pułgarca wody, gotuy do rozpuknięcia, precedź, osłodź miodem, i zapraw trocha octu, będziesz miał i na dolegliwości piersi. Napoy. Ktoby zaś chciał ten napoy mieć wolny żołądek czyniącym, niechay winnego kamienia, lub też saletry do pułgarca tey wody przyrzuci, a to jeżeli salitry to kwintę, a jeżeli winney soli, to pół łota, i następujący napoy dobrze w tey mierze służyć będzie: Weź sliwek suszonych, wiśni, i jablek takowych po małej garstce, gotuy w pułgarcu wody, przyday głogowych jagod, lub Cytrynowych skurek dla przyjemniejszego smaku, precedź i zażyway.

*Na Kwas w Żołądku.*

**W**eź palonych Ostrzygowych Muszel na proch utartych i preparowanych dwie kwinty, (kwinta czyli ćwierć łota jest to jedno,) białey Magnezyi iedną kwintę, zmieszay razem do używania; Ten proszek wykorzenia kwas, odrzucanie się, dysfenteryą, zkwasniałą ostrość z kiszki i żołądka, po strawach i napoiach popstutych wyniszcza.—Dzieciom



ciom można go bezpiecznie dawać, które z siadłego mleka i innych potraw łatwo kwas przyjmujących, od bolow, morzysek, i gryzienia trapieniem bywają, iako też i syrowaty, i zielony stolec, bardzo pomocnym bywa, przydawszy do tego proszku, Fiałkowego korzenia, lub Mahoakanny, albo Rabarbaru pół, lub całą kwintę, skuteczniejszym go uczynisz, którego co kwadrans na koniec noża, w wodzie jęczmienney lub też proszku zadawać możesz.—

*Lekarstwo Rozwalniające.*

**W**eź piotunowey soli iedną kwintę, Cytrynowego soku trzy łoty, mięczaney wody dwanaście łotow, Miodu praśnego, lub na cytrynie tartego cukru, dwa łoty, zmieszay razem, tey mieszaniny bierz po łyżce pełney co godzina, rozwalnia żołądek i służy mu.

*Na Laxans.*

**W**eź korzenia Jalapy pół kwinty, jeżeli cię nie ruszy, zażyj na nie dwie łyżeczki małe winney soli. to ruszyć musi, jeżeliś mocney konstytucyi, weź obo-



oboyga we dwoie.—Weź Sedlickiey soli, trzy lub cztery łoty w kwaterce wody rozpuść i zażyj.—Weź pół łota fenefu, zaley sosem z wygotowanych śliw, niech tak iakowy czas postoi by wymokło, który filżanką popiiay.—Kto twardey konstytucyi, niechay weźmie Jalapowego korzenia 40. ziarn, Sedlickiey soli 30. ziarn, razem w wodzie rozpuść, miodem zasłodź, i na raz zażyj. W gorączkach i rozpalających niemocach, weź Rabarbaru i winnego kamienia zarcwno, zażyway go podług miary choroby i ztwardzenia.—Dla dzieci dostatecznym Laxansem będzie sama Mannakalabryna w wodzie rozpuszczona.—Gdy komu laxans potrzebnym jest, a po zażytych lekarstwie nie ruszy (iak się często mocney konstytucyi ludziom przytrafia) wytrzymać należy, uchoway Boże dawać mocniejszygo, ale co godzina, po pełney łyżeczce winnego kamienia, z trochą soli Sedlickiey, lub gdzieby prętkiey pomocy potrzeba było, dać lekka Enemę.—Suchym, chudym, i melancholikom, purgans wszelki szkodliwym jest.—

Na



Na Womity.

Naybezpieczniejszyemi są korzenie sprawniujące womity, iako też i winny kamień preperowany, czyli *tartarus emeticus*, z korzenia Hipekakuany bierze się po ośm lub dziesięć ziarn, i napchaną łyżeczkę winney soli, razem zmieszawszy w wodzie ciepłej zażywa.—Weź 3. lub 4. ziarna winnego kamienia preperowanego, czyli *Tartari emetici*, rozpuść go w 16 łotach wody, i popiiay wody tey co kwadrans po śliwizku, aż raz lub dwa zwomituelisz, to już nie zażyway, atoli popiiay letniey wody, do póki z ciebie womitem sama woda nie wroci się.—Po zażyciu na womity w trunku, niepotrzeba herbaty lub innego napoju popiiac, toby to womitem przeskadzało, wody zażyte na womity, są lepsze, i pewniejszye iak prozki.—Bywają takowey konstytucyi ludzie, którzy z ciężkością womituią, u takowych potrzebna jest przytomność w dawaniu im na womity, bo słabowitym i starzącym się na piersi, womity byłyby szkodliwemi.—Tu ostrzedz muszę dawających pacjentom na womity, że pacyenci zwykli, mając iakowymisi uprzedzeniem



niem nabitą głowę, wymawiać się z zażywania na womity, to pod pozorem że są słabowitych piersi, to że im się zrywaią boki, lub pod innemi dziecinnemi ekskuzami, lubo widzą z doświadczenia iak gładko, upiwłzy się womituią bez względu na piersi i na boki, i że po womitach zaraz się im polepsza iakby ręką odiał, podobnież w Cholerze, wżłciowey gorączce, w wielkiej Chorobie, w suchych i biegających bolach, w Paralizu, lubo nie w każdym, w niestrawności, w zaślagnieniu wnętrności, i w innych, nie skuteczniejszego nad womit znaleźć nie może, wyiawłzy gdzieby się zaognienia wnętrności obawiać należało.—W przypadkach, gdzieby potrzeba było, oraz i żołądek wyczyścić, bierze się winney soli preperowanej 3. ziarna, soli Paryzkiej lub *Sat polychrestę* jedną aż do półtory kwinty, rozpusć oboje w 16. lub 20. łotach wody, i zażyway co pół godziny po pełney tyżce, do poki 4. lub 5. operacyi nie sprawi, lecz jeżeli za trzema lub czterema tyżkami womity nastąpią, albo obrzask z wstrząsaniem się napadnie, to można prędzey nie czekając pół godziny, żyzywać.

Na



*Na Kaprawe Oczy.*

**W**eż foku Rucianego, wpuść w niego trochy miodu przasnego i octu, precedź przez serwetę, i napużczay tym Oczy.

*Na czerwone i bilmem zasze Oczy.*

**U**gotuy dwa jaja twardo, weź z nich białko, polekay je i ugnieć na ciasto, przyłyp, drobno bardzo przesianego Burłztynu trochę, wytłocz przez serwetę i nakładay tym konty Oczu.

*Na utrzymanie czystych i bystrych Oczu.*

**W**łóż kiedy niekiedy sadła Przepiorczego iak siemię, w kąciiki Oczu.

*Na zapalenie Gardła.*

**W**eż Jałowcu, ugnieć go, ugotuy w mleku, i okładay często odmieńiając ciepło.

*Na wrzód na piersiach.*

**W**arz żytne otręby woliwie, przykładay na wrzód, z rana i wieczor od.

odmieniając ciepło, w dziewiątym dniu rozpuknie się.

*Na ztręwienie Członkow.*

**W**eź lot Jeleniego łoiu, 4. loty Ma-  
iowego masła, i. lot miarko utłu-  
czonego Omanowego korzenia, rozpuść,  
zrob masę, i nią łmaruy.

*Na wywinione członki.*

**P**o nabiciu ich w swe stawy, uwarz  
dwie garści lnianego Siemienia w  
mleku aż puknie, przymieszay garść ie-  
dnę żytnych Otrab, i trochy octu, nie-  
chay tak raz zawre, rozmasć na Mache-  
rzenie, obwin ciepło, iak wstrzymać bę-  
dzie mógł, powtorz kilkakrotnie ile  
będzie potrzeba.

*Na dziury w Gardle.*

**W**eź garść pełną Poziomkowego zie-  
la, wygotuy aż do trzeciej czę-  
ści, miodem ołodź, i płucz często.

*Na Głowy ból z wielkim gorącem.*

**W**eź pełną garść przetłuczonego Ja-  
łowcu, tyleż ciasta kwasnego, so-  
li i

li i gorzyczney maki, rozczyn tegim  
winnym octem, zawiń w kawał płutna,  
oblož głowę, i podeszwy u nog. a gdy wy-  
fchnie odym, rozrob w occie, i znowu  
przylož.

*Na Kafzel i bol w Pierślach.*

**W**eź kawał młdego masła, jeden żu-  
tek pełną łyżkę miodu, dw e łyż-  
ki Bzowych powideł, łyżkę tłuczoney  
i przesiwaney lukrecyi, kawał cukru ka-  
naru, lub kleyku jęczmiennego, zmie-  
szay razem, rano i wieczor zażyway po  
łyżeczce od kawy.

*Na gryzienie wnątrza i Kolkę.*

**W**eź żołądź iednę, ususzyszuy utłucz  
na proch, zaży na raz połowę w  
wodzie lub w winie, a za puł godziny  
drugą połowę.

*Na gardziela czyli wole na szyi.*

**U**tlucz Rozchodniku wielkiego z Sza-  
franem oboygą zarowno, doday o-  
wczego łoiu z trąchą soli, i oblož wole,

Na

*Na Suchoty.*

**W**eż dwie łyżki tłuczonego korzenia Szlazu Włoskiego, ziela czerwonego psiego czyli wołowego języka pełną garść, ziela Najswiętszey Panny płaszczyk zwanego, ziela Zankielu, Bobowniku, Rzerzuchy, Stokroci, Myfzego uszka, i Matki Boski włoski, wszystko to pokray drobno, smarz przez godzinę w funcie malka młodego, zawiń w płotno i wygnieć, wley do tego ćwierć funta klyku jęczmiennego, i zażyway co dwie godziny po łyżeczce od kawy w rosole.

*Na spuchłe zawatki.*

**J**askółcze gniazdo ususz ze wszystkim, potłucz, i smarz w sadle, obłoż dobrze ciepło, gdy ostygnie zagrzeway a obkładay.

*Na gnile Usta.*

**N**a proch utłuczonego Chałunu nasyp w miód przasny, i zagotuy, smaruy tym usta, choćby iuż i dziury były to pomoże.

Na

*Na niedostateczny bol przy Połogach.*

**D**away Położnicy wyciśnionego soku z polney Szalwii po 2. lub 3. łyżki, albo też, ugotuy polną Szalwiią z Nogietkami w woreczku zszyte w winie, i obłoż tym brzuch Położnicy.— Albo t.ż czytay w Nauce Położoney, kiedy tego będziesz mógł użyć.

*Na obrażony pęcherz w czasie Połogu.*

**W**eż dwie garści Szlazowego korzenia i ziela tego tyleż, gotuy w kwarcie tłustego kurzego rosolu, do poki nie zmięknie, wbiy świeże trzy żółtka, dwie łyżki pełne z białych liliy oleyku, i tyleż z Płaszczyka Najswiętszey Panny oleyku, przyrzuc do tego soli ile we trzy palce zaiąć możesz, a co drugi dzień daway z tego chorey Enemę.

*Na bol Uszu i Głuchotę.*

**N**akray Rozchodniku wielkiego ćwierć funta, naley funt oliwy na to, i niechay się przez 3. lub 4. Niedziele dystryllue, .potym tey oliwy co rano i wieczor, po kropli w ucho wpuszczay, albo:





ba sos z wygotowanego białego grochu po odlanej połowce wyciśniony, i po kilka kropel w ucho wpuszczany, toż samo sprawuje.—Uryna czysta od małych dzieci, kroplami w ucho puszczana także pomaga.

*Na ból Krzyża lub Grzbietu.*

**W**eź nowego Wosku, Sadła starego, Jeleniego łoiu, i nowej smoły, rozpuść i uczyni z tego masę, smaruj tym przy ogniu grzbiet rozcierając.—Atoli wprzód krwi upuść, lub się przelaxuy, gdy tego będzie potrzeba.

*Na zepsute zdanie i niedogodność.*

**N**ie mów że się teraz czasy zepsuły, że to inaczej było za twego wieku, bo to tyś się sam zepsuł, a nie czasy, tyś się zestarzał, zpracował, zchorował, lub zubożał, i tym podobnie, czasy zaś iakowe były dawniej, takowe są, i takowe będą. *Laudamus præteritos & nostris vivimus annis.*—Chcesz abyć w starości tak pstro było w głowie iakoć było w młodości, źleby było wierzą mi. Twemu Synowi, lub wnukowi, takowe te.



teraz są czasy, iakowe niegdyś dla ciebie w tym wieku będącego były, wada to tylko zepsutego zdania, i niedogodność starego humoru, atoli dla iakoweyś pociechy umysłu twójego, rządaj szepcując sobie. *O! mihi præteritos Jupiter si redderet annos.*

*Na kolkę w boku.*

**W**łóż niewymytą przędzę w czyste mydliny i gotuy ją, wygotowaną wymiy i obwijaj palcami bolesną stronę, pamiętaj na wiatry, lub obfitość krwi.

*Na Kamień.*

**Z**iele Poziomkowe ufusz, i utłucz, na proszek, który w miękkim jaju zażyj, albo: upał ziela Sporyszu, i Skrzypiem, każdego z osobna, na proch i zażyway z rana i wieczor, po dwie łyżki, w wodzie z jaśkolczego ziela pędzoney.

*Na zatrzymany mocz.*

**U**tłucz na proch kły dzikowe, zażyj tego proszku iak muszkatowa gałka,



gesto, maczay w nim szmatki i przykładay, często odmieniając na bolący ząb.—

*Na wstrzymanie Womitow.*

**Z**arzy Piolunowey Soli, w Cytrynowym soku, lub w winnym occie, lub soku z Ruty, albo z Mięty, pół łyżki.

*O czasie, mierze, i sposobie, zażywania lekarstw.*

**W**szystkie prawie lekarstwa mają być z rana zażywane, gdy jeszcze żołądek jest próżny, lub po południu, o czwartej lub piątej godzinie, gdy już żołądek trawić przestanie, czasami zadaje się i na noc, w nagłych zaś przypadkach nie masz czasu oznaczonego, ale kiedy tego potrzeba wyciąga.

Jeżeli które lekarstwo ma być trzy razy na dzień zadawane, to albo chory ma dwa razy z rana zażywać, a trzeci raz na wieczor, lub też: raz z rana, drugi raz po południu, trzeci raz na noc.

Porcja Mixture daje się ordynarynie, albo łyżka, albo filiżanka, pospolicie zażywa się co godzina, lub co  
dwie,

dwie, aż do obiadu, po obiedzie wytrzymuje się, aż strawność w żołądku skończy się, gdzie zaś blisko niebezpieczeństwo życia zachodzi, to co godzina, lub co pół godziny, we dnie i w nocy, iak tego okoliczności wyciągać będą zadawane być ma.

Prozki rozmaicie dawane bywają, najwięcej po łyżeczce od kawy, lub na końcu noża, dwa razy, wzięwszy nakoniec noża, powinno łyżeczkę od kawy wynosić.

Sole rozpuszczać potrzeba w wodzie, których lepiej trochę więcej niż mniej, brać należy, do iedney kwinty potrzeba szklaneczkę wody.

Gwałtownie skutkujące lekarstwa, potrzeba z wielką przezornością odważać i mierzyć, żeby nieprzesadzić, iako to Kermes; korzeń Jalapy, Tartarus Emeticus, Opium, czyli Mastok.

Aby lekarstwa zamierzone sobie skutki sprawowały, niechay chory iada i pija to, co się z tym lekarstwem łatwo zgadzać może, inaczej czyniąc zgubi się.

Na laxowanie zażywszy, nie należy tego dnia wszystko leżeć lub siedzieć, ale przechodzić się, i zażywać poru-

zienia ciała, w ciepłe się trzymać, strzedz się tłustych potraw, bo plują skutek lekarstwa.

Kto na zatwardzenie zażył, niechayże się już tych potraw strzeże, które mu stolec zatrzymują, to jest: Ciasta, Kartofli, Wodki, niedościgłych owoców, ogrodnin w strączkach rodzących się, i innych tym podobnych, przy tym wiele nie siedzieć, ale gdy niepogoda, to po izbie, gdy zaś pogoda, to po dworze, poruszenia zażywać, a jeżeli ci tego siły pozwalają, dobrzeby było i ręczną robotą z wolną zabawić się, lub gdy to być nie może, to przynajmniej sobie żywot trzy razy na dzień flanelą należycie natrzeć potrzeba, pokarmu sobie uiąć, w spokojności umysłu ile być będzie mogło zachować się.

Proszki rozpuszczają się w wyższej pełnej wody, i zażywają, popiwszy dla spłukania gęby, można dla oddalenia z nich czasem niemilego smaku, zrazik Cytryny, lub kawałeczek biszkoktu przekąsć.

Atoli łatwiej zażywać się dają w opłatku, położywszy kawałek opłatka na ręce, sypie się na niego proszek (i pigułki nawet tak zażywać można,) pozagi-

zaginaj brzegi do kupy, włożywszy w gębę, śliną lub wodą w gębie rozwolniey, i staray się go połknąć.

Krople po większej części zwykły bywać ostre, lub mocne, które wielkie skutki sprawiają w ciele ludzkim, potrzeba je z bacznością zażywać, kroplami puszczając, rachować, po policie zażywa się ich z rana, lub na godzinę przed obiadem, tak iak żołądkowe, czym zaś będzie mniej przepisano kropli do zażywania, tym większej ostrożności wyciągają w rachowaniu, i więcej trochy wody w zażywaniu ich potrzebują.

Mocne krople, nie wszystkim służą, burzą krew, rozjątrząją suche żyły, niebezpieczną rzeczą jest chcieć ich więcej zażywać niżeli Doktor przepisze, kogo palić będą krople po zażyciu, niechay na drugi raz więcej do nich wody przylewa.

Nie wszystkie Pigułki są laxujące, są niektóre rozwalniające, inne umacniające żołądek, inne uśmierzające, i suchym żyłom służące, iak te, tak tamte bywają robione, z wygotowanych gorzkich, lub nie miły zapach mających, a często ostrych soków różnych zioł, niemniej z silnych i skutecznych w swych  
dzia-

działaniach lekarstw, które zażywane być mogą powizechnie w wodzie, lub w winie, lub też w rosół, kto smaku ich odpornego znosić nie może, niechay ie obwinie w opiątek i polknie. Zażywają niektórzy Pigułki w sufzonych śliwach, lub w wisniach, lecz tak zażyte, rzadko skutkują, bo w żołądku obwinawszy się w plugaństwo, całe zwykły stolca wychodzą, chyba ugotowawszy wprzód miękko śliwkę lub wiśnię, tak zażyte skutek zamierzony uczynić mogą.

Po zażytych żywicznych Pigułkach, koniecznie popić należy nalanie z ziół, wodę przewarzaną miodem osłodzoną, lub temu co podobnego, zamiast drogiej przywożney herbaty, można nierownie przyjemieysze nalanie z Weroniki, lub Bzowego kwiatu sporządzić.

Różnaitych herbat zażywa się, to na wypłukanie żołądka, to na odwilżenie go, lub też dla pomnożenia parowania, czasami także dla rozgrzania ciała w febrach, lub oziębieniach. Herbata niepowinna być gotowana, dosyć jest onę wrzącą zalać wodą, bo gotując ją, staie się cierpką, przykrą, i szkodliwą.

Jak

Jak szkodliwą rzeczą iest pić zdrowemu człeku wiela ciepłej herbaty, tak przeciwnie pożyteczno iest, choremu, gdzie parowanie potrzebne iest, lub z zarazy zarwaney iad, gdy ma być wygnany przez poty, co godzina, lub co dwie, albo trzy godziny, po dwie filiżanki popijając.

Okładania, kataplazmy, lub obwiniecia ciepłemi, suchemi, lub mokremi, szmatami czynione, niemniey papka z białego chleba z mlekiem słodkim, i z trochę Szafranu sporządzona, iako też z ziół ugotowany kataplazm, wyciągają wielkiey bacznosci, by niemi zamiast pomocy niepogorszyć.

*Pierwsze.* By nie zbyt gorące ale trochy cieplesze, niż co się letno nazywa, na chore miejsca kładzionemi bywały.

*Drugie.* By zaraz odnawianemi bywały, iak tylko stygnąc zaczynają.

*Trzecie.* Strzedz się, by z tych okładanie nie pomoczyć koszuli, lub prześcieradła, a to: by chorego miejsca, mokrym zimnem nie pogorszyć, dla tego mają być okładania przygęstszemi, nakładając papek, a we dwoie przynajmniej złożoną serwetę zawinionemi.

Mo-



Moczenie nog, na wiela chorob iest skuteczne, woda ma być trochy więcey ciepleysza niżeli letna, podług okoliczności niemocy, wyznacza się czas moczenia ich po godzinie, lub po poł, a te czym głębiey w wodzie zamoczone będą, tym moczenie skutecznieyszym się stanie, ta zaś woda, by z swego stopnia ciepła stygnięciem nie opadała, należy jedną stroną z naczynia już przestygłą wybierać, a drugą ciepley przylewać. Zbyt w ciepley wodzie moczenie nog sprawuje burzenie się krwi, tęsknotę, i pozbawia snu. Woda czysta do moczenia, lub z popiołem zagotowana, naylepszą bywa, niektorzy przysypują do niey soli, plew, i owsa, ale to wszystko bez pożytku. Służą w niektorych chorobach moczenia zioł, ale tylko z Rumiankowego kwiatu, Szalwii, i poleiu. Kąpiel mrowczana iest zbyt gorąca, w niektorych tylko chorobach pomocna.

Po każdej kąpieli, lub nog moczeniu, należy zaraz wleść w łóżko, które rozgrzane być powinno, a to, by rozparzonego ciała nie oziębic, bo z tego gotowa nowa choroba urośnie. Wody mineralne mają w swym rodzaju czte-

ry



ry gatunki, iedne mają w sobie moc laxującą, iako gorzkie wody, Sedlicka i Egierska, inne mają w sobie stalowe cząstki i wzmacniającą moc, trochy kwaśkowaty ale miły smak, iako Pirmontska, i Szwalbacherka, a teby nie od rzeczy stalowemi nazywać można wodami. Inne są lekkie, letne, solne, siarczane, mocz pędzące, roziątrzające żołądek, iako Salcerska.

Czwarty gatunek zamyka w sobie wiela rodzajow wod słonych, nie miłych, smaku odpornego, które nie ze zbytku, ale z potrzeby bywają w różnych chorobach zażywane. Wszystkie te mineralne wody, ale nadewszystko wody stalowe, powinny być świeże, nie zwietrzałe, i na czczo pite.

Omylne mniemania wielu, że te wody pierśiom szkodzą, tym co krwią plują, i chorującym na śledzionę, prawda że szkodzą, a tym też żaden rozsropny Doktor przepisywać ich nie będzie.

Kto z picia wod mineralnych skutku zamierzonego doczekać się pragnie, niechayże te wody nie szklankami pod rachunkiem piia, bo się to na nic nie przyda, ale niechay ie bez miary leie  
w sie-



w siebie, a to na wolnym powietrzu zostając, przytym poruszenia ciała zażywa, tłustych, twardych, i nie zdrowych potraw, iako też przeładowania żołądka wystrzega się.

Nierozsądnie jest rzecz czyniona, gdy kto wody mineralne z winem zmieszane piia, na oddalenie pragnienia będą pomocnemi, ale nie na poratowanie zdrowia.

Również na nic się nie przydad, gdy: czyli to samę, czyli też z winem zmieszana kwasną wodę, kto za napoy przy stole używa, bo mineralna woda, chociażby i najsłabsza była, krew burzy, iakimże sposobem może być pomocna, kiedy żołądek rozjątrza, i zamieszanie w nim czyni, z przeszkodą wielką strawności.

Czas używania mineralnych wód, powinien być ciepły i suchy, to jest: w Miesiącach Czerwcu i Lipcu, czasem i Sierpniu. — Wody mineralne że zawdy w górach się tylko znajdują, a góry długo w sobie zimna utrzymują mokre, ztąd dla pacjentów, agitacyi w czasie picia wód, suchej i ciepłej potrzebujących, pora niezdatną staie się, do póki doliny nieobeschną, i góry się nieogrzeją. —



ją. — Wody w czas na wiosnę, i późno w iesięń zażywane, procz wzwyż wzmiankowanej przeszkody, mają jeszcze i tę, że z zaskurną wodą z deszczow i ze śniegow przez ziemię do nich ściekającą, będąc pomieszane, w skutkach swoich słabieją, i dopiero w ciepłych Miesiącach do siebie przychodzą. —

Naywłaściwszym każdego napoiu być ma przymiotem, lekkość, łagodność, i nie rozjątrzenie wnętrza, ale iako nos przez przywyknienie do szkodliwego rozjątrzenia go, tabaki zażywaniem, staie się rozrzewnionym, tak też niektórym, mieszanie wina w wody mineralne, szkodliwe burzenie w żołądku, staie się oswoionym.

Na womity zażywać należy z rana i na czczo, można z tym wszystkim, i po południu, lub wieczor zażywać. gdy się bardzo na womity zabiera, lub okoliczność choroby, bądź to z pełności, bądź z inſzey przyczyny pochodząca, prędkiego wyciąga ratunku.

Woda na womity opisana na karcie Nro 15t. jest bardzo lekka i bezpieczna, strzegąc się jednak by iej nie nadto, i nie nagle zażywać, bo takowa śmiałość,



łość, niebezpieczeństwem, lub długą chorobą karana bywa.

Po zażytey tedy iedney łyżce tey wody, pół kwadransa wytrzymać należy, gdy nie następują womity, zażyć drugą, a po kilku minutach, gdy się jeszcze nie zanosi na nie, zażyć i trzecią łyżkę, i już zastanowić się przynależy, aż raz zwomituieiz; a odtąd już tylko letnią wodę siłzanką popić należy, jeżelibyś zaś tylko tę samą wodę zwomitował, lub bardzo słaby womit miał, możesz jeszcze iedną łyżkę tey wody zażyć, silni zaś a młodzi ludzie, mogą za pierwszą dwie łyżki zażyć, a daley podług potrzeby postępować.

Trafia się czasami, że lekarstwo na womity zadane w niektórych konstytucjach, do womit trudnych, tylko w zółtku wzburzenie, nudność, i odrzucanie sprawuje, w takowym razie napiwszy się ciepłego mleka, ze dwie godziny poczekać, i znowu iedną część laxującej wody, z dwiema częściami mleka ciepłego zmieszawszy, lub zamiast mleka, można z herbatą zażyć.

Dzieciom i starym, dawszy na womity, iako też i tym co z ciężkością  
wo.



womitnią, podwiązać żywoty należy; dla zapobieżenia iakowemu przypadkowi.

Mają niektorzy zwyczaj, że po zażytem lekarstwie na womity, popiją wielą herbaty, ale tą wielością napoju, osłabiają moc działającą, że zamiast womitow, wzdęcie tylko żywota, lub bardzo niedostateczny womit nastąpi.

Kto z obrzydliwości lub z bojaźni, mało zażyie na womity, nastąpią tylko na siłach człowieka osłabiające wzruszenia, nudności, i odrzucania się.

Kto się przesadzi lekarstwem, lub zbyt mocnego zażyie, uśmierzy iego gwałtowności mleko zażyte i inne wzwyz opisane lekarstwa wstrzymujące.

W febrze kto zażywać chce na womity, niechayże na dwie lub na trzy godziny wprzod przed paroxyzmem zażywa.

Kto bierze na laxans od Zydow, Szerletanow, i Oleykarzow, albo też mniej douczonych lekarzow, lub cyrulikow, niechay tylko przez połowę zażyie, i jeżeli po wyściu dwóch lub trzech godzin nie ruszy go, to można będzie i resztę zażyć.

Bywają także lekarstwa na porcyę podzielone, z których iedna po drugiey  
w prze:





w przeciągu małego czasu zażywana być ma, poznawszy że już zaczynają skutkować, wstrzymać się od reszty, lub połowę tylko porcy zażyć, bo że nasze natury różnych temperamentów znajdują się, różnych też miar przeto, w porcyach należy dochodzić.

Opacznie i o tym sądzą niektórzy, że po zażytych lekarstwie na laxans, wiała popić należy, zdać się to może na ten czas, gdy zbyt ostre kto Pigułki, lub zbyt co mocnego zażyje, ale na powolne i niewinne lekarstwo, to popicie nie szkodliwym się stanie, bo siłę jego osłabi, rozwolniejszy go zbyt.

Kto zaś chce popić czego po zażytych lekarstwie, może soku gotowanego ze śliwek, filzanek ze dwie, lub wody szklankę, w ktorej winny kamień rozpuszczonym był, wypić. Kogo stać na to: nie zawadzi czarnej kawy filzankę po zażytych lekarstwie wypić. Lekarstwo jeżeli w żołądku iakowe morzyisko i gryzienie sprawuje, napić się na niego ciepłego mleka. Których zaś lekarstwo dopiero ruszać zaczyna gdy sobie podiedzą, takowi wiedząc to do siebie, mogą zaraz po zażytych lekarstwie, klykiem gotowanym popić.

Na-



Nakoniec: kto czuje iakowy wstępną lub obrzydliwość do lekarstw, ma się na jedno rezolwować, albo zażywając one ozdrowieć prędko, albo w bólach łóżkiem się bawiąc, po upłynionej już przyzwoitej czasu porze, w oświadczeniach chęci do przyjmowania onychże umierać.

K O N I E C .



czyń  
bu, a  
wosc?  
fię, ale  
rzonny  
te stan  
żyć, y  
odzo-  
Pana  
iwko  
z-

*adversantur?*

*Hæ septem: Humilitas, Largitas, Castitas, Benignitas, Temperantia, Patientia, Devotio, seu sedula Pietas.*

*Quæ peccata in Spiritum Sanctum committi dicuntur?*

*Ea, quæ suâ malitiâ sic Divinam excludunt, gratiam, ut neq; in hoc sæculo, ni si agrè admodum, neq; in futuro remittantur.*

*Quot sunt peccata in Spiritum Sanctum?*

*Sex: præsumptio de misericordia Dei, vel de impunitate peccati, desperatio, agnitæ veritatis impugnatio, fraternæ charitati invidentia, obstinatio, & impenitentia.*

*Quæ peccata in Cælum clamare dicuntur?*

Siedm

jest, pod jedną osobą chle  
przyimować, y ztego prz  
puie, że kto godnie przył  
Bożą, y żywot wieczny  
to prawdziwy, y zupełn  
skutek jest, y tym bywa  
częściey święte y zbawie  
wanie godnie powtarzają

*Coż jest Po*

Jest w tora po rozbiciu ta  
upadłym Sakrament, w kr  
grzechow, y od obwinion  
y od Kapłanow bywa po

*Wiele jest części y*

*Pokuty*

Trzy! Skrucha, albo żal  
swoie obrzydzaający, a do  
mający się. Spowiedź, abo

D3

