

Das XVII. Capitel.

Ob es gut sey, nüchtern zur Alder zu lassen, und ob man auch nach dem Alder lassen schlaffen dürffe?

WAls das Alderlassen vor ein nütliches Werck sey, und was es so wohl Gefunden als Kranken vor schleunige Hülffe thue, dieses wissen diejenige am besten, die es probiret; Welchen Leuten aber, und wenn zu lassen es gut sey, dieses wird ein treuer Medicus, auf Befragen, ihnen gerne anzeigen; Aus böser Gewohnheit aber Alderlassen, oder sich ohne Considerirung der Complexion, nach dem Bader-Köpffgen in den Calendern zu richten, ist oft mehr schädlich als nütlich.

Nachdem aber beym Alderlassen viel Fragen zum öfftern aufgeworffen werden, so wollen wir dieses mahl nur einiger massen erörtern, ob es besser sey nüchtern zur Alder zu lassen, als nach Essens 2c. Es ist nicht zu läugnen, daß es gut sey nüchtern lassen, wenn man eine gute Stunde aufs wenigste vom Schlass aufgestanden, und sich ein wenig bewegt; Jedoch mögen furchtsame und matte Leute für dem Alderlassen ein wenig Suppe, oder Brodt in Wein zu sich nehmen, absonderlich wo sie leichtlich in Ohnmacht fallen. Zumahlen auch denselben das Blut nüchtern nicht so wohl als sonst, sondern langsamer, auch wol gar nicht gehet, denn die Natur das Blut, als den Schatz des Lebens, nicht gerne wegläffet, als die da empfinden, daß wenig Spiritus in ihnen sind, und wenn viel Blut hinweg kömmt, alsdenn der ganze Leib matt und schwach wird. Wenn sie aber nur

ein wenig Essen zu sich genommen, und den Leib fein gemachsam bewegen, so springet das Blut durch die Adern besser und gehet mehr fort, die Geister werden wacker und das Herz stärker, wenn man ein wenig Speise und Trancck zu sich genommen hat, ja das Blut schläget oft an dem gantzen Leibe aus, und machet eine bessere Farbe.

Ob man aber auch nach dem Aderlassen bey Tage schlaffen möge? hiervon wollen wir allhier mit wenigen handeln. Sonst ist es nicht gesund, am Tage schlaffen, es sey denn, daß sich einer dazu zu gewehnet, oder von grosser Hitze müde sey. Vielweniger kan man vor rathsam befinden, daß man auf das Aderlassen schlaffe; Absonderlich wenn der Magen überdiss auch vollgefüllet, oder der Mensch sonst fettes Leibes wäre. Wie denn viele in der Opinion stehen und meynen, sie müssen sich nach geschעהem Aderlassen wieder gut Geblüt schaffen, und deswegen viel essen und ziemlich Wein drauff trincken, dieselben, wenn sie hernach schläfferig werden, beginnen zu faullenken, mit dem Munde zu jähnen, darauf sie denn zu ihrem gröstern Schaden schlaffen. Das Haupt wird mit groben Dünsten angefüllet, die Adern lauffen auf, daß sie oft auffspringen, und das Geblüt noch einmahl mit gröstem Schaden und Gefahr hinweg laufft.

Wer derowegen seiner Gesundheit wahrnehmen will, der soll den Tag über, da er zur Ader gelassen, sich mäßig in Essen und Trincken halten, und so viel möglich, nicht schlaffen. Wo sich aber jemand des Schlauffs nicht enthalten könnte, und er

er

er ihn, wider Willen, überfallen wollte, der soll sich doch so lange davon aufhalten, bis sich das Gebilit wieder gesehet, und stille worden, welches in anderthalb Stunden nach dem Uderlassen, geschieht, denn darnach könte er wohl in einem Stuhl entweder auf der Seite, wo er nicht gelassen, oder zurück gelegtem Haupte ruhen. Länger aber als zwei Stunden wolte ich niemand rathen, denn das durch die Lebens-Geister schwer werden, und der Leib von denen trockenen groben Dünsten gar todt bleiben möchte.

Das XVIII. Capitel.

Ob es gesund sey, mit offenem oder zuge-
thanem Munde schlaffen?

ES halten viele davor, daß es sehr gesund sey mit offenem Munde der Ruhe zu pflegen, und zwar aus dieser Ursach, weil dadurch die groben Dünste desto besser exhaliren könten, und nicht so sehr ins Haupt stiegen, es reinige sich auch der Odem besser, und werde nicht riechend, hingegen die so mit zugethanem Munde schliessen, denen rieche es übel aus dem Halse.

Allein, gleichwie bey denen, so auf dem Rücken schlaffen, die Lunge und Diaphragma Noth leidet, so ist auch ungesund mit offenem Munde schlaffen, sintemahl die Lunge, weil sie hohl und löchericht ist, durch die Luft-Röhren die unreine trübe Nacht-Luft viel hefftiger an sich zeucht, davon die Luft-Röhren angefüllet, und eine heisere und grallichte Stimme folget. So aber der Mund geschlossen, so kan die äusserliche Luft nicht