101.

Im Sommer und Herbste verträgt man reichliche Nahrungsmittel nicht so leicht, leichter im Frühling, aber am leichtesten im Winter.

Hippocrates.

102.

Die Verdauung geht im Sommer langsamer und eben so im Herbste träger von statten. Zu reichliche Nahrung disponirt im Sommer zu gastrischen und im Herbste zu atrabilarischen Krankheiten. Im Winter und Frühling verhält sich das anders.

Pitschaft.

103.

Im Sommer haben wir mehr Neigung zur Pflanzenkost, im Winter mehr Neigung zur Thierkost, und dieser Neigung müssen wir folgen, wenn wir der Gesundheit gemäß leben wollen. Fleischspeisen würden den durch die Wärme der Jahreszeit veranlaßten größern Hang unserer Säfte zur Fäulniß vermehren, Pflanzenspeisen aber vermindern ihn durch ihre säuerliche Beschaffenheit. Im Winter aber sind Pflanzenspeisen nicht nahrhaft genug, daher das weit wirksamere Verdauungsvermögen zu dieser Zeit eine solidere Nahrung verlangt.

Joerdens.

104.

Bei rauher, stürmischer, erkältender Witterung, in welcher Jahreszeit es sei, ist kräftigere, erregende Kost

Sächsische Landesbibliothek – Staats- und Universitätsbibliothek Dresden