

Daß gleichwie das Schlafen auf dem Rücken schädlich/ davon in der vorgehenden Frag ist gehandelt worden/ also sey auch mit offenem Mund zu schlafen schädlich (1) weil die Lunge hohl und löchericht ist/ so wird sie durch die Lufftröhre die unreine trübe Nacht-Lufft viel hefftiger an sich ziehen/ davon eine heischere Stimme käme. (2) Es erfahren auch solche Schläfer/ daß ihnen gegen dem Morgen der Hals trucken und der Mund bitter ist/ daher sie öffters einen Durst bekommen; dieses aber begegnet denen/ so mit zugethanem Munde schlafen/ nicht/ denn die äusserliche Lufft kan nicht so häufig in die Lungen kommen/ sondern muß fein langsam durch die Nasenlöcher als einen Umb Schweiff ein- und ausgehen/ reiner in die Lungen kommen / und die Hitz des Hertzens besser mäßigen. Dieses setzet auch hinzu der tieffsinnige Lemnius an einem Ort/ daß durch das Schlafen mit zugethanem Munde die natürliche Wärme desto besser beyammen behalten werde

der