SANITATIS TVENDAE PRAECEPTA, CVM ALIIS, TVM literarum ſtudioſis hominibus, & ijs qui minus exercentur, cognitu neceſſaria.

Ex Plinio, Celſo, Cicerone. &c.

EX PLINII *Hiſtoria Naturæ.*

HOMINI cibus vtiliſsimus ſimplex, aceruatio ſaporum peſtifera, & condimenta pernicioſa. Difficulter autem perficiuntur omnia in cibis acria, nimia, & auidè hauſta: & æſtate quàm hyeme difficiliùs, & in ſenecta quàm in iuuenta. Vomitiones homini ad hæc in remedium excogitatæ, frigidiora corpora faciunt, inimicę oculis ac dentibus. Somno cócoquere corpulentiæ quàm firmitati utilius. ideo athletas malunt cibos ambulatione perficere. Peruigilio quidem præci-

Sächsische Landesbibliothek –
Staats- und Universitätsbibliothek Dresden