

Die Funffzehende Frage. Es befehlet Hippocrates Lib. Aphorism. 13. Das die jenigen/ welche durch Brechen sich Purgieren wollen/ viel essen/ und auch den Leib mit Baden/ und sonst zuvor befeuchten sollen.

Mancher so einen schleimigen Magen hat/ hat Lust solche Speisen zuessen/ welche den Schleim vermehren/ als Käse/ Milch/ Hering/ Sawerkraut/ und des gleichen.

Die Zwanzigste Frage. Weil die Naturen ungleich sind/ muß einer eine stärkerere Artzney haben/ als der ander.

Auß einem andern Buch vom Zipperlein/ und Podagra/ beschrieben durch Herrn Martin Pansam. Gedruckt im Jahr 1613.

Am 72. Blat/ So man von Natur einen Eckel vor etlichen Speisen hätte/ soll man sich derselben gänzlich enthalten.

**D**ie Ordnung im Essen zuhalten/ ist zwar der Natur am dienlichsten. Speisen sollen die gelindesten und dävlichsten/ anfänglich der Wahlzeit/ die aber schwerer zuverdäuen/ hernach genommen werden. Welche sich sehr bewegen/ und mit schwerer Arbeit abmatten/ die erfordern gröbere/ und mehr Speisen als andere/ welche sich selten üben/ welche immer stille sitzen/ sich mässiger denn andere halten sollen. Die hitzige Jugend fordert mehr Speise/ denn die Alten/ und so mittelmässiges Alters sind. Es erfordern auch die Alten wärmere Speise denn die Jungen. Neben dem sollen sich des Weins die jenigen enthalten/ deren Podagra von übermässigen Bluts herrühret/ und nochmahls her-  
rühren

Mancher solche Speisen zu essen lust hat/ als Käse/ Milch/ Hering/ Sawerkraut.

So einer vor etlichen Speisen ein Eckel hätte/ soll er sich solcher gänzlich enthalten.

Ordnung im Essen zuhalten.

Welche sehr arbeiten.

Welche immer stille sitzen.

Die Jugend.

Die Alten.

Welche sollen sich des Weins enthalten.

Welche sich auch sollen des Weins und Fleisch