Eulogikon

Ancient Greek Texts — Free & Open source

eul_wid: bww-af

Ἱπποκράτης καὶ τὸ Ἱπποκρατικὸν Σῶμα · Hippocrates and the Hippocratic Corpus

On Diet in Acute Diseases

Περὶ διαίτης ἐν τοῖς ὀξέσιν

Period: *Κλασική* Classical
Dialect: *Ἰωνική* Ionic
Domain: *Ἰατρική* Medicine
Format: *Πραγματεία* Treatise

Οἱ ξυγγράψαντες τὰς Κνιδίας καλεομένας γνώμας, ὁκοῖα μὲν πάσχουσιν οἱ κάμνοντες ἐν ἑκάστοισι τῶν νουσημάτων ὀρθῶς ἔγραψαν, καὶ ὁκοίως ἔνια ἀπέβαινεν αὐτέων· καὶ ἄχρι μὲν τουτέου καὶ μὴ ἰητρὸς δύναιτο τις ἂν ὀρθῶς ξυγγράψαι, εἰ εὖ παρὰ τῶν καμνόντων ἕκαστον πύθοιτο ὁκοῖα πάσχουσιν.

1 Ὁκόσα δὲ προκαταμαθεῖν χρὴ τὸν ἰητρὸν, μὴ λέγοντος τοῦ κάμνοντος, τουτέων τὰ πολλὰ παρεῖται, ἄλλα ἐν ἄλλοισι, καὶ ἐπίκαιρα ἔνια ἐόντα ἐς τέκμαρσιν. Ὁκόταν δὲ ἐς τέκμαρσιν λέγηται ὡς χρὴ ἕκαστα ἰητρεύειν, ἐν τουτέοισι πολλὰ ἑτεροίως γιγνώσκω ἢ ὡς ἐκεῖνοι ἐπεξῄεσαν· καὶ οὐ μοῦνον διὰ τοῦτο οὐκ ἐπαινέω, ἀλλ’ ὅτι καὶ ὀλίγοισι τὸν ἀριθμὸν τοῖσιν ἀκέεσιν ἐχρέοντο· τὰ γὰρ πλεῖστα αὐτέοισιν εἰρέαται πλὴν τῶν ὀξειῶν νούσων, φάρμακα ἐλατήρια διδόναι καὶ ὀῤῥὸν καὶ γάλα ἐς τὴν ὥρην πιπίσκειν. Εἰ μὲν οὖν ταῦτα ἀγαθὰ ἦν καὶ ἁρμόζοντα τοῖσι νουσήμασιν, ἐφ’ οἷσι παρῄνεον διδόναι, ἔτι ἂν ἀξιώτερα ἐπαίνου ἦν, ὅτι, ὀλίγα ἐόντα, αὐτάρκεά ἐστιν· νῦν δὲ οὐχ οὕτως ἔχει. Οἱ μέν τοι ὕστερον ἐπιδιασκευάσαντες, ἰητρικώτερον δή τι ἐπῆλθον περὶ τῶν προσοιστέων ἑκάστοισιν· ἀτὰρ οὐδὲ περὶ διαίτης οἱ ἀρχαῖοι ξυνέγραψαν οὐδὲν ἄξιον λόγου, καίτοι μέγα τοῦτο παρῆκαν. Τὰς μέντοι πολυτροπίας τὰς ἐν ἑκάστῃ τῶν νούσων καὶ τὴν πολυσχιδίην αὐτέων οὐκ ἠγνόεον ἔνιοι· τοὺς δὲ ἀριθμοὺς ἑκάστου τῶν νουσημάτων σάφα φράζειν ἐθέλοντες, οὐκ ὀρθῶς ἔγραψαν· μὴ γὰρ οὐκ εὐαρίθμητον εἴη, εἰ τουτέῳ τις σημανεῖται τὴν τῶν καμνόντων νοῦσον, τῷ ἕτερον ἑτέρου διαφέρειν τι, καὶ, ἢν μὴ τωὐτὸ νούσημα δοκέῃ εἶναι, μὴ τωὐτὸ οὔνομα ἔχειν. Ἐμοὶ δ’ ἁνδάνει μὲν ἐν πάσῃ τῇ τέχνῃ προσέχειν τὸν νόον· καὶ γὰρ ὁκόσα ἔργα καλῶς ἔχει ἢ ὀρθῶς, καλῶς ἕκαστα χρὴ ποιέειν καὶ ὀρθῶς, καὶ ὁκόσα ταχέως ἔργα, ταχέως, καὶ ὁκόσα καθαρίως, καθαρίως, καὶ ὁκόσα ἀνωδύνως διαχειρίζεσθαι, ὡς ἀνωδυνώτατα ποιέειν, καὶ τἄλλα πάντα τὰ τοιουτότροπα διαφερόντως τῶν πέλας ἐπὶ τὸ βέλτιον ποιέειν χρή. [5]

2 Μάλιστα δ’ ἂν ἐπαινέσαιμι ἰητρὸν, ὅστις ἐν τοῖσιν ὀξέσι νουσήμασιν, ἃ τοὺς πλείστους τῶν ἀνθρώπων κτείνει, ἐν τουτέοισι διαφέρων τι τῶν ἄλλων εἴη ἐπὶ τὸ βέλτιον. Ἔστι δὲ ταῦτα ὀξέα, ὁκοῖα ὠνόμασαν οἱ ἀρχαῖοι πλευρῖτιν, καὶ περιπλευμονίην, καὶ φρενῖτιν, καὶ λήθαργον, καὶ καῦσον, καὶ τἄλλα νουσήματα ὁκόσα τουτέων ἐχόμενά ἐστιν, ὧν οἱ πυρετοὶ τὸ ἐπίπαν ξυνεχέες. Ὅταν γὰρ μὴ λοιμώδεος νούσου τρόπος τις κοινὸς ἐπιδημήσῃ, ἀλλὰ σποράδεες ἔωσιν αἱ νοῦσοι καὶ παραπλήσιοι, ὑπὸ τουτέων τῶν νουσημάτων ἀποθνήσκουσι μᾶλλον ἢ ὑπὸ τῶν ἄλλων τῶν ξυμπάντων. Οἱ μὲν οὖν ἰδιῶται οὐ κάρτα γιγνώσκουσι τοὺς ἐς ταῦτα διαφέροντας

τῶν πέλας, ἑτεροίων τε μᾶλλον ἰημάτων ἐπαινέται καὶ ψέκται εἰσίν. Ἔπειτα μέγα σημεῖον τόδε, ὅτι οἱ δημόται ἀξυνετώτατοι αὐτοὶ ἑωυτῶν περὶ τουτέων τῶν νουσημάτων εἰσὶν ὡς μελετητέα εἶναι· οἱ γὰρ μὴ ἰητροὶ ἰητροὶ δοκέουσιν εἶναι μάλιστα διὰ ταύτας τὰς νούσους ῥηΐδιον γὰρ τὰ ὀνόματα ἐκμανθάνειν, ὁκοῖα νενόμισται προσφέρεσθαι πρὸς τοὺς τὰ τοιαῦτα κάμνοντας. Ἢν γὰρ ὀνομάσῃ τις πτισάνης τε χυλὸν καὶ οἶνον τοῖον ἢ τοῖον καὶ μελίκρητον, ἅπαντα τοῖσι δημότῃσι δοκέουσιν οἱ ἰητροὶ ταῦτα λέγειν, οἵ τε βελτίους καὶ οἱ χείρους· τὰ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει, ἀλλ' ἐν τουτέοισι δὴ καὶ πάνυ μέγα διαφέρουσιν ἕτεροι ἑτέρων. Δοκέει δέ μοι ἄξια γραφῆς εἶναι ταῦτα μάλιστα, ὁκόσα τε ἀκαταμάθητά ἐστι τοῖσιν ἰητροῖσιν, ἐπίκαιρα ἐόντα εἰδέναι, καὶ ὁκόσα μεγάλας ὠφελείας φέρει ἢ μεγάλας βλάβας. [25]

3 Ἀκαταμάθητα μὲν οὖν τάδε ἐστί· διὰ τί ἄρα ἐν τῇσιν ὀξείῃσι νούσοισιν οἱ μὲν τῶν ἰητρῶν ἅπαντα τὸν αἰῶνα διατελεῦσι πτισάνας διδόντες ἀδιηθήτους, καὶ νομίζουσιν ὀρθῶς ἰητρεύειν, οἱ δέ τινες περὶ παντὸς ποιέονται ὅκως κριθὴν μηδεμίην καταπίῃ ὁ κάμνων (μεγάλην γὰρ βλάβην ἡγεῦνται εἶναι), ἀλλὰ δι' ὀθονίου διηθεῦντες τὸν χυλὸν διδόασιν· οἱ δ' αὖ τινες αὐτέων οὔτ' ἂν πτισάνην παχείην δοῖεν, οὔτε χυλόν· οἱ μὲν μέχρις ἂν ἑβδομαῖος γένηται ὁ κάμνων, οἱ δὲ καὶ διὰ τέλεος ἄχρις ἂν κριθῇ ἡ νοῦσος. Μάλα μὲν οὖν οὐδὲ προβάλλεσθαι τὰ τοιαῦτα ζητήματα εἰθισμένοι εἰσὶν οἱ ἰητροί· ἴσως δὲ οὐδὲ προβαλλόμενα εὑρίσκεται· καίτοι διαβολήν γε ἔχει ὅλη ἡ τέχνη πρὸς τῶν δημοτέων μεγάλην, ὡς μηδὲ δοκέειν ὅλως ἰητρικὴν εἶναι· ἔν γε τοῖσιν ὀξέσι τῶν νουσημάτων τοσόνδε διοίσουσιν ἀλλήλων οἱ χειρωνάκται, ὥστε ἃ ὁ ἕτερος προσφέρει ἡγεύμενος ἄριστα εἶναι, ταῦτα νομίζειν ἤδη τὸν ἕτερον κακὰ εἶναι· καὶ σχεδὸν ἂν κατά γε τὸ τοιόνδε τὴν τέχνην φαῖεν ὡμοιῶσθαι τῇ μαντικῇ, ὅτι οἱ μάντιες τὸν αὐτὸν ὄρνιθα, εἰ μὲν ἀριστερὸς εἴη, ἀγαθὸν νομίζουσιν εἶναι, εἰ δὲ δεξιὸς, κακόν· καὶ ἐν ἱεροσκοπίῃ τὰ τοιάδε εὕροι τις ἂν ἄλλα ἐπ' ἄλλοισιν· ἀλλ' ἔνιοι τῶν μαντίων τἀναντία τουτέων. Φημὶ δὴ πάγκαλον εἶναι τοῦτο τὸ σκέμμα καὶ ἠδελφισμένον τοῖσι πλείστοισι τῶν ἐν τῇ τέχνῃ καὶ ἐπικαιροτάτοισιν· καὶ γὰρ τοῖσι νοσέουσι πᾶσιν ἐς ὑγείην μέγα τι δύνασθαι, καὶ τοῖσιν ὑγιαίνουσιν ἐς ἀσφαλείην, καὶ τοῖσιν ἀσκέουσιν ἐς εὐεξίην, καὶ ἐς ὅ τι ἂν ἕκαστος ἐθέλῃ. Πτισάνη μὲν οὖν μοι δοκέει ὀρθῶς προκεκρίσθαι τῶν σιτηρῶν γευμάτων ἐν τουτέοισι τοῖσι νουσήμασι, καὶ ἐπαινέω γε τοὺς προκρίναντας. [25]

4 Τὸ γὰρ γλίσχρασμα αὐτέης λεῖον καὶ ξυνεχὲς καὶ προσηνές ἐστι καὶ ὀλισθηρὸν καὶ πλαδαρὸν μετρίως καὶ ἄδιψον καὶ εὐέκπλυτον, εἴ τι καὶ τουτέου προσδέοι, καὶ οὔτε στύψιν ἔχον, οὔτε ἄραδον κακὸν, οὔτε ἀνοιδίσκεται ἐν τῇ κοιλίῃ· ἀνῴδηκε γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει ὁκόσον πλεῖστον ἐπεφύκει διογκοῦσθαι. Ὁκόσοι μὲν οὖν πτισάνῃσι χρέονται, ἐν τουτέοισι τοῖσι νουσήμασιν οὐδεμιῇ ἡμέρῃ κενεαγγητέον, ὡς ἔπος εἰρῆσθαι, ἀλλὰ χρηστέον, καὶ οὐ διαλειπτέον, ἢν μή τι δέῃ ἢ διὰ φαρμακίην ἢ κλύσιν διαλιπεῖν. Καὶ τοῖσι μέν γε εἰθισμένοισι δὶς σιτέεσθαι τῆς ἡμέρης, δὶς δοτέον· τοῖσι δὲ μονοσιτέειν εἰθισμένοισιν, ἅπαξ δοτέον τὴν πρώτην, ἐκ προσαγωγῆς δὲ, ἢν ἐνδέχηται, καὶ τουτέοισι δὶς δοτέον, ἤν τι δοκέῃ προσδεῖν. Πλῆθος δὲ ἀρκέει κατ' ἀρχὰς διδόναι μὴ πουλὺ, μηδὲ ὑπέρπαχυ, ἀλλ' ὁκόσον ἕνεκεν τοῦ ἔθεος ἐσιέναι τι, καὶ κενεαγγίην μὴ γίγνεσθαι πολλήν. Περὶ δὲ τῆς ἐπιδόσιος ἐς πλῆθος τοῦ ῥοφήματος, ἢν μὲν ξηρότερον ᾖ τὸ νούσημα ἢ ὡς ἄν τις οἴοιτο, οὐ χρὴ ἐπὶ πλέον διδόναι, ἀλλὰ προπίνειν πρὸ τοῦ ῥοφήματος ἢ μελίκρητον, ἢ οἶνον, ὁκότερον ἂν ἁρμόζῃ· τὸ δ' ἁρμόζον ἐφ' ἑκάστοισι τῶν τρόπων εἰρήσεται. Ἢν δὲ ὑγραίνηται τὸ στόμα καὶ τὰ ἀπὸ τοῦ πλεύμονος εἴη ὁκοῖα δεῖ, ἐπιδιδόναι χρὴ ἐς πλῆθος τοῦ ῥοφήματος, ὡς ἐν κεφαλαίῳ εἰρῆσθαι· τὰ μὲν γὰρ θᾶσσον καὶ μᾶλλον πλαδῶντα ταχυτῆτα κρίσιος σημαίνει, τὰ δὲ βραδύτερον καὶ ἧσσον βραδυτέρην σημαίνει τὴν κρίσιν. Καὶ ταῦτα αὐτὰ μὲν καθ' ἑωυτὰ τοιάδε τὸ ἐπίπαν ἐστίν· πολλὰ δὲ καὶ ἄλλα ἐπίκαιρα παρεῖται οἷσι προσημαίνεσθαι δεῖ, ἃ εἰρήσεται ὕστερον. Καὶ ὁκόσῳ ἂν πλείων ἡ κάθαρσις γίγνηται, τοσῷδε χρὴ πλέον ἐπιδιδόναι ἄχρι κρίσιος· μάλιστα δὲ κρίσιος ὑπερβολῆς

δύο ἡμερέων, οἷσί γε ἢ πεμπταίοισιν ἢ ἑβδομαίοισιν ἢ ἐναταίοισι δοκέει κρίνεσθαι, ὡς καὶ τὸ ἄρτιον καὶ τὸ περισσὸν προμηθήσῃ· μετὰ δὲ τοῦτο, τῷ μὲν ῥοφήματι τὸ πρωῒ χρηστέον, ὀψὲ δὲ ἐς σιτία μεταβάλλειν. Ξυμφέρει δὲ τὰ τοιάδε ὡς ἐπιτοπουλὺ τοῖσιν ὅλῃσι πτισάνῃσιν αὐτίκα χρεομένοισιν. Αἵ τε γὰρ ὀδύναι ἐν τοῖσι πλευριτικοῖσιν αὐτίκα αὐτόματοι παύονται, ὅταν ἄρξωνται πτύειν τι ἄξιον λόγου καὶ ἐκκαθαίρεσθαι, αἵ τε καθάρσιες πολλῷ τελεώτεραί εἰσι, καὶ ἔμπυοι ἧσσον γίγνονται ἢ εἰ ἀλλοίως τις διαιτῷη, καὶ αἱ κρίσιες ἁπλούστεραι καὶ εὐκριτώτεραι καὶ ἧσσον ὑποστροφώδεες. Τὰς δὲ πτισάνας χρὴ ἐκ κριθέων τε ὡς βελτίστων εἶναι καὶ κάλλιστα ἡψῆσθαι, καὶ ἄλλως ἢν μὴ τῷ χυλῷ μούνῳ μέλλῃς χρέεσθαι. [40]

5 Μετὰ γὰρ τῆς ἄλλης ἀρετῆς τῆς πτισάνης τὸ ὀλισθηρὸν τὴν κριθὴν καταπινομένην ποιέει μὴ βλάπτειν· οὐδαμοῦ γὰρ προσίσχει, οὐδὲ μένει κατὰ τὴν τοῦ θώρηκος ἴξιν. Ὀλισθηροτάτη τε καὶ ἀδιψοτάτη καὶ εὐπεπτοτάτη καὶ ἀσθενεστάτη ἐστὶν ἡ κάλλιστα ἑφθὴ, ὧν πάντων δεῖ. Ἣν οὖν μὴ προστιμωρήσῃ τις ὁκόσων δέεται αὐτάρκης εἶναι ὁ τρόπος τῆς τοιαύτης πτισανοῤῥοφίης, πολλαχῇ βεβλάψεται. Ὁκόσοισι γὰρ σῖτος αὐτίκα ἐγκατακέκλεισται, ἢν μή τις ὑποκενώσας τὸ ῥόφημα δώῃ, τὴν ὀδύνην ἐνεοῦσαν προσπαροξύνειεν ἂν, καὶ μὴ ἐνεοῦσαν εὐθὺς ἐμποιήσειεν ἂν, καὶ πνεῦμα πυκνότερον γένοιτ’ ἄν· κακὸν δὲ τοῦτό ἐστιν· ξηραντικὸν γὰρ πλεύμονος, καὶ κοπῶδες ὑποχονδρίων καὶ ἤτρου καὶ φρενῶν. Τοῦτο δὲ, ἢν ἔτι τῆς ὀδύνης τοῦ πλευροῦ ξυνεχέος ἐούσης, καὶ πρὸς τὰ θερμάσματα μὴ χαλώσης, καὶ τοῦ πτυέλου μὴ ἀνιόντος, ἀλλὰ καταγλισχραινομένου ἀσαπέως, ἢν μὴ λύσῃ τις τὴν ὀδύνην, ἢ κοιλίην μαλθάξας, ἢ φλέβα ταμὼν, ὁκότερον ἂν τουτέων ξυμφέρῃ, τὰς δὲ πτισάνας ἢν οὕτως ἔχουσι διδῷ, ταχέες οἱ θάνατοι τῶν τοιουτέων γίγνονται. Διὰ ταύτας οὖν τὰς προφάσιας καὶ ἑτέρας τοιαύτας ἔτι μᾶλλον, οἱ ὅλῃσι τῇσι πτισάνῃσι χρεόμενοι, ἑβδομαῖοι καὶ ὀλιγημερώτεροι θνήσκουσιν· οἱ μέν τοι καὶ τὴν γνώμην βλαβέντες, οἱ δὲ ὑπὸ τῆς ὀρθοπνοίης τε καὶ τοῦ ῥέγχεος ἀποπνιγέντες. Μάλα δὲ τοὺς τοιουτέους οἱ ἀρχαῖοι βλητοὺς ἐνόμιζον εἶναι διὰ τόδε μάλιστα· οὐχ ἥκιστα δὲ, ὅτι καὶ ἀποθανόντων αὐτέων ἡ πλευρὴ πελιὴ εὑρίσκεται ἴκελόν τι πληγῇ. Αἴτιον δὲ τουτέου τόδε ἐστὶν, ὅτι, πρὶν λυθῆναι τὴν ὀδύνην, θνήσκουσιν· ταχέως γὰρ πνευματίαι γίγνονται· ὑπὸ δὲ τοῦ πολλοῦ καὶ πυκνοῦ πνεύματος, ὡς ἤδη εἴρηται, καταγλισχραινόμενον τὸ πτύελον ἀπέπτως κωλύει τὴν ἐπάνοδον γίγνεσθαι, ἀλλὰ τὴν ῥέγξιν ποιέει ἐνισχόμενον ἐν τοῖσι βρογχίοισι τοῦ πλεύμονος. Καὶ ὁκόταν ἐς τοῦτο ἔλθῃ, θανατῶδες ἤδη ὡς ἐπιτοπουλὺ ἐστίν· καὶ γὰρ αὐτὸ τὸ πτύελον ἐνισχόμενον κωλύει μὲν τὸ πνεῦμα ἔσω φέρεσθαι, ἀναγκάζει δὲ ταχέως ἔξω φέρεσθαι· καὶ οὕτως ἐς τὸ κακὸν ἀλλήλοισι τιμωρέουσι· τό τε γὰρ πτύελον ἐνισχόμενον πυκνὸν τὸ πνεῦμα ποιέει, τό τε πνεῦμα πυκνὸν ἐὸν ἐπιγλισχραίνει τὸ πτύελον, καὶ κωλύει ἀπολισθαίνειν. Καταλαμβάνει δὲ ταῦτα, οὐ μοῦνον ἢν πτισάνῃ ἀκαίρως χρέωνται, ἀλλὰ πουλὺ μᾶλλον ἤν τι ἄλλο φάγωσιν ἢ πίωσι πτισάνης ἀνεπιτηδειότερον. Μάλα μὲν οὖν τὰ πλεῖστα παραπλήσιαί εἰσιν αἱ τιμωρίαι τοῖσί τε ὅλῃσι τῇσι πτισάνῃσι χρεομένοισι, τοῖσί τε τῷ χυλῷ αὐτέῳ· τοῖσι δὲ μηδετέρῳ τουτέων, ἀλλὰ ποτῷ μοῦνον, ἔστιν ὅπῃ καὶ διαφερόντως τιμωρητέον. [40]

6 Χρὴ δὲ τό γε πάμπαν οὕτω ποιέειν· ἢν νεοβρῶτι ἐόντι αὐτέῳ καὶ κοιλίης μήπω ὑποκεχωρηκυίης ἄρξηται ὁ πυρετὸς, ἤν τε ξὺν ὀδύνῃ, ἤν τε ἄνευ ὀδύνης, ἐπισχεῖν τὴν δόσιν τοῦ ῥοφήματος, ἔστ’ ἂν οἴηται κεχωρηκέναι ἐς τὸ κάτω μέρος τοῦ ἐντέρου τὸ σιτίον. Χρέεσθαι δὲ ποτῷ, ἢν μὲν ἄλγημά τι ἔχῃ, ὀξυμέλιτι χειμῶνος μὲν θερμῷ, θέρεος δὲ, ψυχρῷ· ἢν δὲ πολλὴ δίψα ᾖ, μελικρήτῳ καὶ ὕδατι. Ἔπειτα, ἢν μὲν ἄλγημά τι ἐνῇ, ἢ τῶν ἐπικινδύνων τι ἐμφαίνηται, διδόναι τὸ ῥόφημα μήτε πουλὺ μήτε παχὺ, μετὰ δὲ τὴν ἑβδόμην, ἢν ἰσχύῃ. Ἢν δὲ μὴ ὑπεληλύθῃ ὁ παλαιότερος σῖτος νεοβρῶτι ἐόντι, ἢν μὲν ἰσχύῃ τε καὶ ἀκμάζῃ τῇ ἡλικίῃ, κλύσαι· ἢν δὲ ἀσθενέστερος ᾖ, βαλάνῳ προσχρήσασθαι, ἢν μὴ αὐτόματα διεξίῃ καλῶς. Καιρὸν δὲ τῆς δόσιος τοῦ ῥοφήματος τόνδε μάλιστα φυλάσσεσθαι, κατ’ ἀρχὰς καὶ διὰ παντὸς τοῦ νουσήματος·

Eulogikon public reading copy · View original HTML at eulogikon.org

ὅταν μὲν οἱ πόδες ψυχροὶ ἔωσιν, ἐπισχεῖν χρὴ τοῦ ῥοφήματος τὴν δόσιν, μάλιστα δὲ καὶ τοῦ ποτοῦ ἀπέχεσθαι· ὁκόταν δὲ ἡ θέρμη καταβῇ ἐς τοὺς πόδας, τότε διδόναι, καὶ νομίζειν μέγα δύνασθαι τὸν καιρὸν τοῦτον ἐν πάσῃσι τῇσι νούσοισιν· οὐχ ἥκιστα δὲ ἐν τῇσιν ὀξείῃσι, μάλιστα δὲ ἐν τῇσι μᾶλλον πυρετώδεσι καὶ ἐπικινδυνοτάτῃσιν. Χρέεσθαι δὲ πρῶτον μάλιστα μὲν χυλῷ, ἔπειτα δὲ πτισάνῃ, κατὰ τὰ τεκμήρια τὰ προγεγραμμένα ἀκριβέως θεωρέων. Ὀδύνη δὲ πλευροῦ ἤν τε κατ' ἀρχὰς γένηται, ἤν τε ἐς ὕστερον, θερμάσμασι μὲν πρῶτον οὐκ ἀπὸ τρόπου ἐστὶ χρησάμενον πειρηθῆναι διαλῦσαι τὴν ὀδύνην.

7 Θερμασμάτων δὲ κράτιστον μὲν ὕδωρ θερμὸν ἐν ἀσκῷ, ἢ ἐν κύστει, ἢ ἐν χαλκῷ ἀγγείῳ, ἢ ἐν ὀστρακίνῳ· προϋποτιθέναι δὲ χρὴ μαλθακόν τι πρὸς τὴν πλευρὴν, προσηνείης εἵνεκεν. Ἀγαθὸν δὲ καὶ σπόγγος μαλθακὸς, μέγας, ἐξ ὕδατος θερμοῦ ἐκπεπιεσμένος προστίθεσθαι· περιστέγειν τε ἄνω τὴν θάλψιν χρή· πλείω τε γὰρ χρόνον διαρκέσει καὶ παραμενεῖ, καὶ ἅμα ὡς μὴ ἡ ἀτμὶς πρὸς τὸ πνεῦμα τοῦ κάμνοντος προσφέρηται, ἢν ἄρα μὴ δοκέῃ καὶ τοῦτο χρήσιμον πρός τι εἶναι· ἔστι γὰρ ὅτε δεῖ πρός τι. Ἔτι δὲ καὶ κριθαὶ ἢ ὄροβοι· ἐν ὄξει κεκρημένῳ σμικρῷ ὀξύτερον, ἢ ὡς ἄν τις πίοι, διέντα καὶ ἀναζέσαντα, ἐς μαρσίππια καταῤῥάψαντα προστιθέναι· καὶ πίτυρα τὸν αὐτὸν τρόπον. Πυρίη δὲ ξηρὴ, ἅλες, κέγχροι πεφρυγμένοι ἐν εἰρινέοισι μαρσιππίοισιν ἐπιτηδειότατοι· καὶ γὰρ κοῦφον καὶ προσηνὲς ὁ κέγχρος· λύει δὲ μάλθαξις ἡ τοιήδε καὶ τὰς πρὸς κληῖδα περαιούσας ἀλγηδόνας. Τομὴ μέντοι γε οὐχ ὁμοίως λύει ὀδύνην, ἢν μὴ πρὸς τὴν κληῖδα περαίνῃ ἡ ὀδύνη. Ἢν δὲ μὴ λύηται πρὸς τὰ θερμάσματα ὁ πόνος, οὐ χρὴ πολὺν χρόνον θερμαίνειν· καὶ γὰρ ξηραντικὸν τοῦ πλεύμονος τοῦτό ἐστι, καὶ ἐμπυητικόν· ἀλλ' ἢν μὲν σημαίνῃ ἡ ὀδύνη ἐς τὴν κληῖδα ἢ ἐς τὸν βραχίονα βάρος ἢ περὶ μαζὸν ἢ ὑπὲρ τῶν φρενῶν, τάμνειν χρὴ τὴν ἐν τῷ ἀγκῶνι φλέβα τὴν ἔσω, καὶ μὴ ὀκνέειν συχνὸν ἀφαιρέειν τὸ αἷμα ἕως ἂν ἐρυθρότερον πολλῷ ῥυῇ, ἀντὶ καθαροῦ τε καὶ ἐρυθροῦ πελιόν· ἀμφότερα γὰρ γίγνεται. Ἢν δὲ ὑπὸ τὰς φρένας ᾖ τὸ ἄλγημα, ἐς δὲ τὴν κληῖδα μὴ σημαίνῃ, μαλθάσσειν δεῖ τὴν κοιλίην, ἢ μέλανι ἐλλεβόρῳ ἢ πεπλίῳ, μέλανι μὲν δαῦκον ἢ σέσελι ἢ κύμινον ἢ ἄννησον ἢ ἄλλο τι τῶν εὐωδέων μίσγοντα, πεπλίῳ δὲ ὀπὸν σιλφίου· ἀτὰρ καὶ μισγόμενα ἀλλήλοισιν ὁμοιότροπα ταῦτά ἐστιν. Ἄγει δὲ μέλας μὲν καλλίω καὶ κρισιμώτερα πεπλίου, πέπλιον δὲ μέλανος μᾶλλον φυσέων καταῤῥηκτικόν ἐστιν· ἄμφω δὲ ταῦτα ὀδύνην παύει· παύει δὲ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ὑπηλάτων· κράτιστα δὲ ταῦτα ὧν ἐγὼ οἶδα ἐστίν. Ἐπεὶ καὶ τὰ ἐν τοῖσι ῥοφήμασι διδόμενα ὑπήλατα ἀρήγει, ὁκόσα μὴ ἄγαν ἐστὶν ἀηδέα ἢ διὰ πικρότητα ἢ δι' ἄλλην τινὰ ἀηδίην, ἢ διὰ πλῆθος ἢ χροιὴν ἢ ὑποψίην τινά. Τῆς μὲν πτισάνης, ὁκόταν πίῃ τὸ φάρμακον, ἐπιῤῥοφῆν αὐτίκα χρὴ διδόναι μηδὲν ἔλασσον ἀξίως λόγου ἢ ὁκόσον εἴθιστο· ἐπεὶ καὶ κατὰ λόγον ἐστὶ μεσηγὺ τῆς καθάρσιος μὴ διδόναι ῥοφῆν· ὁκόταν δὲ λήξῃ ἡ κάθαρσις, τότε ἔλασσον ῥοφεέτω ἢ ὁκόσον εἴθιστο· μετὰ δὲ τοῦτο, ἀναγέτω αἰεὶ ἐπὶ τὸ πλεῖον, ἢν ἥ τε ὀδύνη πεπαυμένη ᾖ, καὶ μηδὲν ἄλλο ἐναντιῶται. Ωὑτὸς δέ μοι λόγος ἐστὶ, καὶ ἢν χυλῷ πτισάνης δέῃ χρέεσθαι (φημὶ γὰρ ἄμεινον εἶναι αὐτίκα ἄρξασθαι ῥοφῆν τὸ ἐπίπαν μᾶλλον, ἢ προκενεαγγήσαντα ἄρξασθαι τοῦ ῥοφήματος, ἢ τριταῖον, ἢ τεταρταῖον, ἢ πεμπταῖον, ἢ ἑκταῖον, ἢ ἑβδομαῖον, ἤν γε μὴ προκριθῇ ἡ νοῦσος ἐν τουτέῳ τῷ χρόνῳ)· αἱ δὲ προπαρασκευαὶ καὶ ἐπὶ τουτέοισι παραπλήσιοι ποιητέαι, ὁκοῖαι εἴρηνται.

8 Περὶ μὲν οὖν ῥοφήματος προσάρσιος οὕτω γιγνώσκω· ἀτὰρ καὶ περὶ ποτοῦ, ὁκοῖον ἄν τις μέλλῃ πίνειν τῶν γραφησομένων, ὡὑτός μοι λόγος ὡς ἐπίπαν ἐστίν. Οἶδα δὲ τοὺς ἰητροὺς τὰ ἐναντιώτατα ἢ ὡς δεῖ ποιέοντας· βούλονται γὰρ πάντες, ὑπὸ τὰς ἀρχὰς τῶν νούσων προταριχεύσαντες τοὺς ἀνθρώπους ἢ δύο ἢ τρεῖς ἢ καὶ πλείονας ἡμέρας, οὕτω προσφέρειν τὰ ῥοφήματα καὶ τὰ ποτά· καὶ ἴσως τι καὶ εἰκὸς δοκέει αὐτέοισιν εἶναι, μεγάλης μεταβολῆς γενομένης τῷ σώματι, μέγα τι κάρτα καὶ ἀντιμεταβάλλειν. Τὸ δὲ μεταβάλλειν μὲν εὖ ἔχει μὴ ὀλίγον· ὀρθῶς μέντοι ποιητέα καὶ βεβαίως ἡ μεταβολὴ, καὶ ἔκ γε τῆς μεταβολῆς ἡ πρόσαρσις

Eulogikon public reading copy · View original HTML at eulogikon.org

τῶν γευμάτων ἔτι μᾶλλον. Μάλιστα μὲν οὖν βλάπτοιντο ἂν, εἰ μὴ ὀρθῶς μεταβάλλοιεν, οἱ ὅλῃσι τῇσι πτισάνῃσι χρεόμενοι· βλάπτοιντο δ’ ἂν καὶ οἱ μούνῳ τῷ χυλῷ χρεόμενοι· βλάπτοιντο δ’ ἂν καὶ οἱ μούνῳ τῷ ποτῷ χρεόμενοι, ἥκιστα δ’ ἂν οὗτοι. Χρὴ δὲ καὶ τὰ μαθήματα ποιέεσθαι ἐν τῇ διαίτῃ τῶν ἀνθρώπων ἔτι ὑγιαινόντων, οἷα ξυμφέρει· εἰ γὰρ δὴ τοῖσί γε ὑγιαίνουσι φαίνεται διαφέροντα μεγάλα τὰ τοῖα ἢ τοῖα διαιτήματα καὶ ἐν ἄλλῳ τινί που καὶ ἐν τῇσι μεταβολῇσι, πῶς οὐχὶ καὶ ἔν γε τῇσι νούσοισι διαφέρει μεγάλα, καὶ τουτέων ἐν τῇσιν ὀξυτάτῃσι μέγιστα; Ἀλλὰ μὴν εὐκαταμάθητόν γε ἐστὶν, ὅτι φαύλη δίαιτα βρώσιος καὶ πόσιος αὐτὴ ἑωυτῇ ἐμφερὴς αἰεὶ, ἀσφαλεστέρη ἐστὶ τὸ ἐπίπαν ἐς ὑγείην, ἢ εἴ τις ἐξαπίνης μέγα μεταβάλλοι ἐς ἄλλο. [10]

9 Ἐπεὶ καὶ τοῖσι δὶς σιτεομένοισι τῆς ἡμέρης καὶ τοῖσι μονοσιτέουσιν αἱ ἐξαπιναῖοι μεταβολαὶ βλαβὰς καὶ ἀῤῥωστίην παρέχουσιν. Καὶ τοὺς μέν γε μὴ μεμαθηκότας ἀριστᾷν, εἰ ἀριστήσουσιν, εὐθέως ἀῤῥώστους ποιέει, καὶ βαρέας ὅλον τὸ σῶμα, καὶ ἀσθενέας καὶ ὀκνηρούς· ἢν δὲ καὶ ἐπιδειπνήσωσιν, ὀξυρεγμιώδεας· ἐνίοισι δὲ καὶ σπατίλη γένοιτο ἂν, ὅτι παρὰ τὸ ἐωθὸς ἠχθοφόρηκεν ἡ κοιλίη εἰθισμένη ἐπιξηραίνεσθαι, καὶ μὴ δὶς διογκοῦσθαι, μήτε δὶς ἕψειν τὰ σιτία. Ἀρήγει οὖν τουτέοισιν ἀνασηκῶσαι τὴν μεταβολήν· ἐγκοιμηθῆναι γὰρ χρὴ, ὥσπερ νύκτα ἀγαγόντα μετὰ τὸ δεῖπνον, τοῦ μὲν χειμῶνος ἀῤῥιγέως, τοῦ δὲ θέρεος ἀθαλπέως· ἢν δὲ μὴ δύνηται καθεύδειν, βραδείην, συχνὴν περίοδον, πλανηθέντα, μὴ στασίμως, δειπνῆσαι μηδὲν, ἢ ὀλίγα καὶ μὴ βλαβερά· ἔτι δὲ ἔλασσον πιεῖν καὶ μὴ ὑδαρές. Ἔτι δ’ ἂν μᾶλλον πονήσειεν ὁ τοιοῦτος, εἰ τρὶς σιτέοιτο τῆς ἡμέρης ἐς κόρον· ἔτι δὲ μᾶλλον, εἰ πλεονάκις· καίτοι γε πολλοί εἰσιν, οἳ εὐφόρως φέρουσι τρὶς σιτεόμενοι τῆς ἡμέρης ἐς πλῆθος, οἳ ἂν οὕτως ἐθισθῶσιν. Ἀλλὰ μὴν καὶ οἱ μεμαθηκότες δὶς σιτέεσθαι τῆς ἡμέρης, ἢν μὴ ἀριστήσωσιν, ἀσθενέες καὶ ἄῤῥωστοί εἰσι, καὶ δειλοὶ ἐς πᾶν ἔργον, καὶ καρδιαλγέες· κρεμᾶσθαι γὰρ δοκέει τὰ σπλάγχνα αὐτέοισι, καὶ οὐρέουσι θερμὸν καὶ χλωρὸν, καὶ ἡ ἄφοδος ξυγκαίεται· ἔστι δ’ οἷσι καὶ τὸ στόμα πικραίνεται, καὶ οἱ ὀφθαλμοὶ κοιλαίνονται, καὶ οἱ κρόταφοι πάλλονται, καὶ τὰ ἄκρα διαψύχονται· καὶ οἱ μὲν πλεῖστοι τῶν ἀνηριστηκότων οὐ δύνανται κατεσθίειν τὸ δεῖπνον· δειπνήσαντες δὲ βαρύνουσι τὴν κοιλίην, καὶ δυσκοιτέουσι πουλὺ μᾶλλον ἢ εἰ προηριστήκεσαν. Ὁκότε οὖν ταῦτα τοιαῦτα γίγνεται τοῖσιν ὑγιαίνουσιν εἵνεκεν ἡμίσεος ἡμέρης διαίτης μεταβολῆς παρὰ τὸ ἔθος, οὔτε προσθεῖναι λυσιτελέειν φαίνεται, οὔτε ἀφελέειν. Εἰ τοίνυν οὗτος ὁ παρὰ τὸ ἔθος μονοσιτήσας, ὅλην ἡμέρην κενεαγγήσας, δειπνήσειεν ὁκόσον εἴθιστο, δειπνήσας δὲ, τότε βαρὺς ἦν, εἰκὸς αὐτὸν, εἰ, ὅτι ἀνάριστος ἐὼν ἐπόνεε καὶ ἠῤῥώστει, δειπνήσειε πλείω ἢ ὁκόσον εἴθιστο, πουλὺ μᾶλλον βαρύνεσθαι· εἰ δέ γε ἐπὶ πλείω χρόνον κενεαγγήσας ἐξαπίνης μεταδειπνήσειεν, ἔτι μᾶλλον ἂν βαρύνοιτο. Τὸν οὖν παρὰ τὸ ἔθος κενεαγγήσαντα ξυμφέρει ταύτην τὴν ἡμέρην ἀντισηκῶσαι ὧδε· ἀῤῥιγέως καὶ ἀθαλπέως καὶ ἀταλαιπώρως, ταῦτα γὰρ πάντα βαρέως ἂν ἐνέγκοι· τὸ δὲ δεῖπνον συχνῷ ἔλασσον ποιήσασθαι ἢ ὅσον εἴθιστο, καὶ μὴ ξηρὸν, ἀλλὰ τοῦ πλαδαρωτέρου τρόπου· καὶ πιεῖν μὴ ὑδαρὲς, μηδ’ ἔλασσον ἢ κατὰ λόγον βρώματος· καὶ τῇ ὑστεραίῃ ὀλίγα ἀριστῆσαι, ὡς ἐκ προσαγωγῆς ἀφίκηται ἐς τὸ ἔθος. [45]

9 (50) Αὐτοὶ μέντοι σφῶν αὐτῶν δυσφορώτερον δὴ τὰ τοιαῦτα φέρουσιν οἱ πικρόχολοι τὰ ἄνω· τὴν δέ γε ἀσιτίην τὴν παρὰ τὸ ἔθος οἱ φλεγματίαι τὰ ἄνω εὐφορώτερον φέρουσι τὸ ἐπίπαν, ὥστε καὶ τὴν μονοσιτίην τὴν παρὰ τὸ ἔθος εὐφορώτερον ἂν οὗτοι ἐνέγκοιεν. Ἱκανὸν μὲν οὖν καὶ τοῦτο σημήϊον, ὅτι αἱ μέγισται μεταβολαὶ τῶν περὶ τὰς φύσιας ἡμῶν καὶ τὰς ἕξιας ξυμβαινόντων μάλιστα νοσοποιέουσιν· οὐ δὴ οἷόν τε παρὰ καιρὸν οὔτε σφοδρὰς τὰς κενεαγγείας ποιέειν, οὔτε ἀκμαζόντων τῶν νουσημάτων καὶ ἐν φλεγμασίῃ ἐόντων προσφέρειν, οὔτε ἐξαπίνης οἷόν τε ὅλῳ τῷ πρήγματι μεταβάλλειν οὔτε ἐπὶ τὰ οὔτε ἐπὶ τά. Πολλὰ δ’ ἄν τις ἠδελφισμένα τουτέοισι τῶν ἐς κοιλίην καὶ ἄλλα εἴποι, ὡς εὐφόρως μὲν φέρουσι τὰ βρώματα, ἃ εἰθισμένοι εἰσὶν, ἢν καὶ

Eulogikon public reading copy · View original HTML at eulogikon.org

μὴ ἀγαθὰ ᾖ φύσει, ὡσαύτως δὲ καὶ τὰ ποτά· δυσφόρως δὲ φέρουσι τὰ βρώματα, ἃ μὴ εἰθισμένοι εἰσὶν, κἢν μὴ κακὰ ᾖ, ὡσαύτως δὲ καὶ τὰ ποτά.

10 Καὶ ὁκόσα μὲν κρεηφαγίη πολλὴ παρὰ τὸ ἔθος βρωθεῖσα ποιέει, ἢ σκόροδα, ἢ σίλφιον ἢ ὀπὸς ἢ καυλὸς, ἢ ἄλλα ὁκόσα τοιουτότροπα μεγάλας δυνάμιας ἔχοντα ἰδίας, ἧσσον ἄν τις θαυμάσειεν, εἰ τὰ τοιαῦτα πόνους ἐμποιέει τῇσι κοιλίῃσι μᾶλλον τῶν ἄλλων· ἀλλ' εἰ καταμάθοις ὁκόσον μᾶζα ὄχλον καὶ ὄγκον καὶ φῦσαν καὶ στρόφον τῇ κοιλίῃ παρέχει παρὰ τὸ ἔθος βρωθεῖσα τῷ μὴ μαζοφαγέειν εἰθισμένῳ, ἢ ὁκοῖον ἄρτος βάρος καὶ τάσιν κοιλίης τῷ μαζοφαγέειν εἰθισμένῳ· ἢ αὐτός τε ὁ ἄρτος θερμὸς βρωθεὶς οἵην δίψαν παρέχει, καὶ ἐξαπιναίην πληθώρην διὰ τὸ ξηραντικόν τε καὶ βραδύπορον· καὶ οἱ ἄγαν καθαροί τε καὶ ξυγκομιστοὶ παρὰ τὸ ἔθος βρωθέντες οἷα διαφέροντα ἀλλήλων ποιεῦσι· καὶ μᾶζά τε ξηρὴ παρὰ τὸ ἔθος, ἢ ὑγρὴ, ἢ γλίσχρη· καὶ τὰ ἄλφιτα οἷόν τι ποιέει τὰ ποταίνια τοῖσι μὴ εἰωθόσι, καὶ τὰ ἑτεροῖα τοῖσι τὰ ποταίνια εἰωθόσι· καὶ οἰνοποσίη καὶ ὑδροποσίη παρὰ τὸ ἔθος ἐς θάτερα μεταβληθέντα ἐξαπίνης, καὶ ὑδαρής τε οἶνος καὶ ἄκρητος παρὰ τὸ ἔθος ἐξαπίνης ποθείς· ὁ μὲν γὰρ πλάδον τε ἐν τῇ ἄνω κοιλίῃ ἐμποιήσει καὶ φῦσαν ἐν τῇ κάτω· ὁ δὲ παλμόν τε φλεβῶν καὶ καρηβαρίην καὶ δίψαν· καὶ λευκός τε καὶ μέλας οἶνος παρὰ τὸ ἔθος μεταβάλλοντι, εἰ καὶ ἄμφω οἰνώδεες εἶεν, ὅμως πολλὰ ἂν ἑτεροιώσειαν κατὰ τὸ σῶμα, ὡς δὴ γλυκύν τε καὶ οἰνώδεα οἶνον ἧσσον ἄν τις φαίη θαυμαστὸν εἶναι μὴ τωὐτὸ δύνασθαι ἐξαπίνης μεταβληθέντα. Τιμωρητέον δὲ τοιόνδε τι μέρος τῷ ἐναντίῳ λόγῳ· μεταβολὴ τῆς διαίτης τουτέοισιν ἐγένετο, οὐ μεταβάλλοντος τοῦ σώματος οὔτε ἐπὶ τὴν ῥώμην, ὥστε προσθέσθαι δεῖν σιτία, οὔτε ἐπὶ τὴν ἀῤῥωστίην, ὥστε ἀφαιρεθῆναι· προστεκμαρτέα δὴ καὶ ἡ ἰσχὺς καὶ ὁ τρόπος τοῦ νουσήματος ἑκάστου, καὶ τῆς φύσιος τοῦ ἀνθρώπου, καὶ τοῦ ἔθεος τῆς διαίτης τοῦ κάμνοντος, οὐ μοῦνον σιτίων, ἀλλὰ καὶ ποτῶν.

11 Πολλῷ δὲ ἧσσον ἐπὶ τὴν πρόσθεσιν ἰτέον· ἐπεὶ τήν γε ἀφαίρεσιν ὅλως ἀφελεῖν πολλαχοῦ λυσιτελέει, ὅκου διαρκέειν μέλλει ὁ κάμνων, μέχρις ἂν τῆς νούσου ἡ ἀκμὴ πεπανθῇ· ἐν ὁκοίοισι δὲ τὸ τοιόνδε ποιητέον γεγράψεται. Πολλὰ δ' ἄν τις καὶ ἄλλα ἠδελφισμένα τοῖσιν εἰρημένοισι γράφοι· τὸ δέ γε μὴν κρέσσον μαρτύριον· οὐ γὰρ ἠδελφισμένον ἐστὶ τῷ πρήγματι, περὶ οὗ μοι ὁ πλεῖστος λόγος εἴρηται, ἀλλ' αὐτὸ τὸ πρῆγμα ἐπικαιρότατόν ἐστι διδακτήριον· οἱ γὰρ ἀρχόμενοι τῶν ὀξέων νουσημάτων ἔστιν ὅτε οἱ μὲν σιτία ἔφαγον αὐθημερὸν ἠργμένοι ἤδη, οἱ δὲ καὶ τῇ ὑστεραίῃ, οἱ δὲ καὶ ἐῤῥόφεον τὸ προστυχὸν, οἱ δὲ καὶ κυκεῶνα ἐῤῥόφεον· ἅπαντα δὲ ταῦτα κακίω μέν ἐστιν ἢ εἰ ἑτεροίως τις διαιτηθείη· πολλῷ μέντοι ἐλάσσω βλάβην φέρει ἐν τουτέῳ τῷ χρόνῳ ἁμαρτηθέντα, ἢ εἴ τις τὰς μὲν πρώτας ἡμέρας δύο ἢ τρεῖς κενεαγγήσειε τελείως, τεταρταῖος δὲ ἐὼν τοιάδε διαιτηθείη, ἢ καὶ πεμπταῖος· ἔτι μέντοι κάκιον, εἰ ταύτας πάσας τὰς ἡμέρας προκενεαγγήσας, ἐν τῇσιν ὕστερον ἡμέρῃσιν οὕτω διαιτηθείη, πρὶν ἢ πέπειρον γενέσθαι τὴν νοῦσον· οὕτω μὲν γὰρ θάνατον φέρει φανερῶς τοῖσι πλείστοισιν, εἰ μὴ παντάπασιν εὐήθης ἡ νοῦσος εἴη. Αἱ δὲ κατ' ἀρχὰς ἁμαρτάδες οὐχ ὁμοίως ταύτῃσιν ἀνήκεστοί εἰσιν, ἀλλὰ πολλῷ εὐακεστότεραι. Τοῦτο οὖν ἡγεῦμαι μέγιστον διδακτήριον, ὅτι οὐ στερητέαι αἱ πρῶται ἡμέραι τοῦ ῥοφήματος ἢ τοίου ἢ τοίου τοῖσι μέλλουσιν ὀλίγον ὕστερον ῥοφήμασιν ἢ τοίοισιν ἢ τοίοισι χρέεσθαι. Πυθμενόθεν μὲν οὖν οὐκ ἴσασιν οὔθ' οἱ τῇσι κριθώδεσι πτισάνῃσι χρεόμενοι, ὅτι αὐτέῃσι κακοῦνται, ὁκόταν ῥοφέειν ἄρξωνται, ἢν προκενεαγγήσωσι δύο ἢ τρεῖς ἡμέρας ἢ πλείους, οὔτ' αὖ οἱ τῷ χυλῷ χρεόμενοι γιγνώσκουσιν ὅτι αὐτέῃσι βλάπτονται ῥοφέοντες, ὅταν μὴ ὀρθῶς ἄρξωνται τοῦ ῥοφήματος. Τόδε γε μὴν καὶ φυλάσσουσι καὶ γιγνώσκουσιν, ὅτι μεγάλην τὴν βλάβην φέρει, ἢν, πρὶν πέπειρον τὴν νοῦσον γενέσθαι, κριθώδεα πτισάνην ῥοφήσῃ ὁ κάμνων, εἰθισμένος χυλῷ χρέεσθαι. Πάντα οὖν ταῦτα μεγάλα μαρτύρια, ὅτι οὐκ ὀρθῶς ἄγουσιν ἐς τὰ διαιτήματα οἱ ἰητροὶ τοὺς κάμνοντας· ἀλλ' ἐν ᾗσί τε νούσοισιν οὐ χρὴ κενεαγγέειν τοὺς μέλλοντας ῥοφήμασι διαιτᾶσθαι, κενεαγγέουσιν· ἐν ᾗσί τε οὐ χρὴ μεταβάλλειν ἐκ κενεαγγείης ἐς ῥοφήματα, ἐν

ταύτῃσι μεταβάλλουσι· καὶ ὡς ἐπιτοπολὺ ἀπαρτὶ ἐν τοῖσι τοιούτοισι καιροῖσι μεταβάλλουσιν ἐς τὰ ῥοφήματα ἐκ τῆς κενεαγγείης, ἐν οἷσι πολλάκις ἀρήγει ἐκ τῶν ῥοφημάτων πλησιάζειν τῇ κενεαγγείῃ, ἢν οὕτω τύχῃ παροξυνομένη ἡ νοῦσος. Ἐνίοτε δὲ καὶ ὠμὰ ἐπισπῶνται ἀπὸ τῆς κεφαλῆς καὶ τοῦ περὶ τὸν θώρηκα τόπου χολώδεα· ἀγρυπνίαι τε ξυνεμπίπτουσιν αὐτέοισι, δι’ ἃς οὐ πέσσεται ἡ νοῦσος, περίλυποί τε καὶ πικροὶ γίγνονται, καὶ παραφρονέουσι, καὶ μαρμαρυγώδεα σφέων τὰ ὄμματα, καὶ αἱ ἀκοαὶ ἤχου μεσταὶ, καὶ τὰ ἀκρωτήρια κατεψυγμένα, καὶ οὖρα ἄπεπτα, καὶ πτύσματα λεπτὰ καὶ ἁλυκὰ καὶ κεχρωσμένα ἀκρήτῳ χρώματι σμικρὰ, καὶ ἱδρῶτες περὶ τὸν τράχηλον, καὶ διαπορήματα, καὶ πνεῦμα προσπταῖον ἐν τῇ ἄνω φορῇ πυκνὸν ἢ μέγα λίην, ὀφρύες δεινώσιος μετέχουσαι, λειποψυχώδεα πονηρὰ, καὶ τῶν ἱματίων ἀποῤῥίψιες ἀπὸ τοῦ στήθεος, καὶ χεῖρες τρομώδεες, ἐνίοτε δὲ καὶ χεῖλος τὸ κάτω σείεται.

11 (50) Ταῦτα δὲ ἐν ἀρχῇσιν ἐπιφαινόμενα παραφροσύνης δηλωτικά ἐστι σφοδρῆς, καὶ ὡς ἐπιτοπολὺ ἀποθνήσκουσιν· οἱ δὲ διαφεύγοντες, ἢ μετὰ ἀποστήματος, ἢ αἵματος ῥύσιος ἐκ τῆς ῥινὸς, ἢ πῦον παχὺ πτύσαντες διαφεύγουσιν, ἄλλως δὲ οὔ. Οὐδὲ γὰρ τῶν τοιουτέων ὁρέω ἐμπείρους τοὺς ἰητροὺς, ὡς χρὴ διαγιγνώσκειν τὰς ἀσθενείας ἐν τῇσι νούσοισιν, αἵ τε διὰ κενεαγγείην ἀσθενεῦνται, αἵ τε δι’ ἄλλον τινὰ ἐρεθισμὸν, αἵ τε διὰ πόνον καὶ ὑπὸ ὀξύτητος τῆς νούσου, ὁκόσα τε ἡμέων ἡ φύσις καὶ ἡ ἕξις ἑκάστοισιν ἐκτεκνοῖ πάθεα καὶ εἴδεα παντοῖα· καίτοι σωτηρίην ἢ θάνατον φέρει γιγνωσκόμενα ἢ ἀγνοούμενα τὰ τοιαῦτα. Μέζον μὲν γὰρ κακόν ἐστιν, ἢν διὰ τὸν πόνον καὶ τὴν ὀξύτητα τῆς νούσου ἀσθενέοντι προσφέρῃ τις ποτὸν ἢ ῥόφημα πλεῖον ἢ σιτίον, οἰόμενος διὰ κενεαγγείην ἀσθενέειν. Ἀεικὲς δὲ καὶ διὰ κενεαγγείην ἀσθενέοντα μὴ γνῶναι καὶ πιέζειν τῇ διαίτῃ· φέρει μὲν γάρ τινα κίνδυνον καὶ αὕτη ἡ ἁμαρτὰς, πολλῷ δὲ ἥσσονα τῆς ἑτέρης· καταγελαστοτέρη δὲ πολλῷ αὕτη μᾶλλον ἡ ἁμαρτὰς τῆς ἑτέρης· εἰ γὰρ ἄλλος ἰητρὸς ἢ καὶ ἰδιώτης ἐσελθὼν, καὶ γνοὺς τὰ ξυμβεβηκότα, δῴη καὶ φαγεῖν καὶ πιεῖν, ἃ ὁ ἕτερος ἐκώλυεν, ἐπιδήλως ἂν δοκοίη ὠφεληκέναι. Τὰ δὲ τοιαῦτα μάλιστα καθυβρίζεται τῶν χειρωνακτέων ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων· δοκέει γὰρ αὐτέοισιν ὁ ἐσελθὼν ἰητρὸς ἢ ἰδιώτης ὡσπερεὶ τεθνεῶτα ἀναστῆσαι. Γεγράψεται οὖν καὶ περὶ τουτέου σημήϊα οἷσι δεῖ ἕκαστα τουτέων διαγιγνώσκειν. Παραπλήσια μέντοι τοῖσι κατὰ κοιλίην ἐστὶ καὶ ταῦτα· καὶ γὰρ ἢν ὅλον τὸ σῶμα ἀναπαύσηται πουλὺ παρὰ τὸ ἔθος, οὐκ αὐτίκα ἔῤῥωται μᾶλλον· ἢν δὲ δὴ καὶ πλείω χρόνον διελινύσαν ἐξαπίνης ἐς τοὺς πόνους ἔλθῃ, φλαῦρόν τι πρήξειεν ἐπιδήλως.

12 Οὕτω δὲ καὶ ἓν ἕκαστον τοῦ σώματος· καὶ γὰρ οἱ πόδες τοιόνδε τι πρήξειαν, καὶ τὰ ἄλλα ἄρθρα μὴ εἰθισμένα πονέειν, ἢν διὰ χρόνου ἐξαπίνης πρὸς τὸ πονέειν ἔλθῃ. Ταῦτα δ’ ἂν καὶ οἱ ὀδόντες καὶ οἱ ὀφθαλμοὶ πάθοιεν, καὶ πᾶν ὁτιοῦν. Ἐπεὶ καὶ κοίτη παρὰ τὸ ἔθος μαλθακὴ πόνον ἐμποιέει, καὶ σκληρὴ παρὰ τὸ ἔθος, καὶ ὕπαιθρος εὐνὴ παρὰ τὸ ἔθος σκληρύνει τὸ σῶμα. Ἀτὰρ καὶ τὰ τῶν τοιῶνδε πάντων ἀρκέει παραδείγματα γράψαι. Εἰ γάρ τις ἕλκος λαβὼν ἐν κνήμῃ μήτε λίην ἐπίκαιρον μήτε λίην εὐήθες, μήτε ἄγαν εὐελκὴς ἐὼν, μήτε ἄγαν δυσελκὴς, αὐτίκα ἀρξάμενος ἐκ πρώτης κατακείμενος ἰητρεύοιτο, καὶ μηδαμῇ μετεωρίζοι τὸ σκέλος, ἀφλέγμαντος μὲν ἂν οὕτως εἴη μᾶλλον, καὶ ὑγιὴς πολλῷ θᾶσσον ἂν γένοιτο, ἢ εἰ πλανώμενος ἰητρεύοιτο· εἰ μέντοι πεμπταῖος ἢ ἑκταῖος ἐὼν ἢ καὶ ἔτι ἀνωτέρω, ἀναστὰς ἐθέλοι προβαίνειν, μᾶλλον ἂν πονέοι τότε ἢ εἰ αὐτίκα ἐξ ἀρχῆς πλανώμενος ἰητρεύοιτο· εἰ δὲ καὶ πολλὰ ταλαιπωρήσειεν ἐξαπίνης, πολλῷ ἂν μᾶλλον πονήσειεν ἢ εἰ ἐκείνως ἰητρευόμενος τὰ αὐτὰ ταῦτα ταλαιπωρήσειεν ἐν ταύτῃσι τῇσιν ἡμέρῃσιν. Διὰ τέλεος οὖν μαρτυρέει ταῦτα πάντα ἀλλήλοισιν, ὅτι πάντα ἐξαπίνης μέζω πολλῷ τοῦ μετρίου μεταβαλλόμενα ἐπὶ τὰ, καὶ ἐπὶ τὰ, βλάπτει. Πολλαπλασίη μὲν οὖν κατὰ κοιλίην ἡ βλάβη ἐστὶν, ἢν ἐκ πολλῆς κενεαγγείης ἐξαπίνης πλέον τοῦ μετρίου προσαίρηται (ἀτὰρ καὶ κατὰ τὸ ἄλλο σῶμα, ἢν ἐκ πολλῆς ἡσυχίης ἐξαίφνης ἐς πλείω πόνον ἔλθοι, πουλὺ πλείω βλαβείη), ἢ εἰ ἐκ πολλῆς ἐδωδῆς ἐς κενεαγγείην μεταβάλλοι· δεῖ μέντοι καὶ τὸ σῶμα τουτέοισιν ἐλινύειν· καὶ ἢν ἐκ πολλῆς ταλαιπωρίης

ἐξαπίνης ἐς σχολήν τε καὶ ῥαθυμίην ἐμπέσῃ, δεῖ δὲ καὶ τουτέοισι τὴν κοιλίην ἐλινύειν ἐκ πλήθεος βρώμης· ἢν δὲ μὴ, πόνον ἐν τῷ σώματι ἐμποιήσει καὶ βάρος ὅλου τοῦ σώματος. Ὁ δὴ οὖν πλεῖστός μοι λόγος γέγονε περὶ τῆς μεταβολῆς τῆς ἐπὶ τὰ καὶ ἐπὶ τά· ἐς πάντα μὲν οὖν εὔχρηστον ταῦτα εἰδέναι· ἀτὰρ καὶ περὶ οὗ ὁ λόγος ἦν, ὅτι ἐν τῇσιν ὀξείῃσι νούσοισιν ἐς τὰ ῥοφήματα μεταβάλλουσιν ἐκ τῆς κενεαγγείης· μεταβλητέον γὰρ ὡς ἐγὼ κελεύω· ἔπειτα οὐ χρηστέον ῥοφήμασι πρὶν ἡ νοῦσος πεπανθῇ, ἢ ἄλλο τι σημεῖον φανῇ, ἢ κατ᾽ ἔντερον κενεαγγικὸν, ἢ ἐρεθιστικὸν, ἢ κατὰ τὰ ὑποχόνδρια, ὁκοῖα γεγράψεται.

13 Ἀγρυπνίη ἰσχυρὴ πόμα καὶ σιτίον ἀπεπτότερα ποιέει, καὶ ἡ ἐπὶ τὰ ἕτερα αὖ μεταβολὴ διαλύει σῶμα, καὶ ἑφθότητα καὶ καρηβαρίην ἐμποιέει. Γλυκὺν δὲ οἶνον καὶ οἰνώδεα καὶ λευκὸν καὶ μέλανα, καὶ μελίκρητον, καὶ ὕδωρ, καὶ ὀξύμελι, τοισίδε σημαινόμενον χρὴ διορίζειν ἐν τῇσιν ὀξείῃσι νούσοισιν.

14 Ὁ μὲν γλυκὺς ἧσσόν ἐστι καρηβαρικὸς τοῦ οἰνώδεος, καὶ ἧσσον φρενῶν ἁπτόμενος, καὶ διαχωρητικώτερος δή τι τοῦ ἑτέρου κατ᾽ ἔντερον, μεγαλόσπλαγχνος δὲ σπληνὸς καὶ ἥπατος· οὐκ ἐπιτήδειος δὲ οὐδὲ τοῖσι πικροχόλοισι· καὶ γὰρ οὖν διψώδης τοῖσί γε τοιουτέοισίν ἐστιν· ἀτὰρ καὶ φυσώδης τοῦ ἐντέρου τοῦ ἄνω· οὐ μὴν πολέμιός γε τῷ ἐντέρῳ τῷ κάτω, ὡς κατὰ λόγον τῆς φύσης· καίτοι γε οὐ πάνυ πορίμη ἐστὶν ἡ ἀπὸ τοῦ γλυκέος οἴνου φῦσα, ἀλλ᾽ ἐγχρονίζει περὶ ὑποχόνδρια. Καὶ γὰρ οὖν οὗτος ἧσσον διουρητικὸς γίγνεται τὸ ἐπίπαν τοῦ οἰνώδεος λευκοῦ· πτυάλου δὲ μᾶλλον ἀναγωγός ἐστι τοῦ ἑτέρου ὁ γλυκύς. Καὶ οἷσι μὲν διψώδης ἐστὶ πινόμενος, ἧσσον ἂν τούτοισιν ἀνάγοι ἢ ὁ ἕτερος οἶνος, οἷσι δὲ μὴ διψώδης, μᾶλλον ἀνάγοι ἂν τοῦ ἑτέρου. Ὁ δὲ λευκὸς οἰνώδης οἶνος ἐπήνηται μὲν καὶ ἔψεκται τὰ πλεῖστα καὶ τὰ μέγιστα ἤδη ἐν τῇ τοῦ γλυκέος οἴνου διηγήσει· ἐς δὲ κύστιν μᾶλλον πόριμος ἐὼν τοῦ ἑτέρου καὶ διουρητικὸς καὶ καταῤῥηκτικὸς, αἰεὶ πολλὰ προσωφελέοι ἂν ἐν ταύτῃσι τῇσι νούσοισι· καὶ γὰρ εἰ πρὸς ἄλλα ἀνεπιτηδειότερος τοῦ ἑτέρου πέφυκεν, ἀλλ᾽ ὅμως ἡ κατὰ κύστιν κάθαρσις ὑπ᾽ αὐτέου γιγνομένη ῥύεται, ἢν προτρέπηται ὁκοῖον δεῖ. Καλὰ δὲ ταῦτα τεκμήριά ἐστι τὰ περὶ οἴνου ὠφελίης καὶ βλάβης, ὁκόσα ἀκαταμάθητα ἦν τοῖσιν ἐμεῦ γεραιτέροισιν. Κιῤῥῷ δὲ οἴνῳ καὶ μέλανι αὐστηρῷ ἐν ταύτῃσι τῇσι νούσοισιν ἐς τάδε ἂν χρήσαιο· εἰ καρηβαρίη μὲν μὴ ἐνείη, μηδὲ φρενῶν ἅψις, μηδὲ τὸ πτύελον κωλύοιτο τῆς ἀνόδου, μηδὲ τὸ οὖρον ἴσχοιτο, τὰ διαχωρήματα δὲ πλαδαρώτερα καὶ ξυσματωδέστερα εἴη, ἐν δὴ τοῖσι τοιουτέοισι πρέποι ἂν μάλιστα μεταβάλλειν ἐκ τοῦ λευκοῦ, καὶ ὁκόσα τουτέοισιν ἐμφερέα. Προσξυνιέναι δὲ δεῖ, ὅτι τὰ μὲν ἄνω πάντα καὶ τὰ κατὰ κύστιν ἧσσον βλάψει, ἢν ὑδαρέστερος ᾖ, τὰ δὲ κατ᾽ ἔντερον μᾶλλον ὀνήσει, ἢν ἀκρητέστερος ᾖ. Μελίκρητον δὲ πινόμενον διὰ πάσης τῆς νούσου ἐν τῇσιν ὀξείῃσι νούσοισι τὸ ἐπίπαν μὲν τοῖσι πικροχόλοισι καὶ μεγαλοσπλάγχνοισιν ἧσσον ἐπιτήδειον ἢ τοῖσι μὴ τοιούτοισίν ἐστιν· διψῶδές γε μὴν ἧσσον τοῦ γλυκέος οἴνου· πλεύμονός τε γὰρ μαλθακτικόν ἐστι, καὶ πτυέλου ἀναγωγὸν μετρίως, καὶ βηχὸς παρηγορικόν· ἔχει γὰρ σμηγματῶδές τι, ὃ μᾶλλον τοῦ μετρίου καταγλισχραίνει τὸ πτύελον.

15 Ἔστι δὲ καὶ οὐρητικὸν μελίκρητον ἱκανῶς, ἢν μή τι τῶν ἀπὸ σπλάγχνων κωλύῃ. Καὶ διαχωρητικώτερον δὲ κάτω χολωδέων, ἔστι μὲν ὅτε καλῶν, ἔστι δ᾽ ὅτε κατακορεστέρων μᾶλλον τοῦ καιροῦ, καὶ ἀφρωδεστέρων· μᾶλλον δὲ τὸ τοιοῦτο τοῖσι χολώδεσί τε καὶ μεγαλοσπλάγχνοισι γίγνεται. Πτυάλου μὲν οὖν ἀναγωγὴν καὶ πλεύμονος μάλθαξιν τὸ ὑδαρέστερον μελίκρητον ποιέει μᾶλλον· τὰ μέντοι ἀφρώδεα διαχωρήματα καὶ μᾶλλον τοῦ καιροῦ κατακορέως χολώδεα, καὶ μᾶλλον θερμὰ, τὸ ἄκρητον μᾶλλον τοῦ ὑδαρέος ἄγει· τὸ δὲ τοιόνδε διαχώρημα ἔχει μὲν καὶ ἄλλα σίνεα μεγάλα· οὔτε γὰρ ἐξ ὑποχονδρίων καῦμα σβεννύει, ἀλλὰ ὁρμᾷ, δυσφορίην τε καὶ ῥιπτασμὸν τῶν μελέων ποιέει, ἑλκῶδές τέ ἐστι καὶ ἐντέρου καὶ ἕδρης· ἀλεξητήρια δὲ τουτέων γεγράψεται. Ἄνευ μὲν οὖν ῥοφημάτων μελικρήτῳ χρεόμενος ἀντ᾽ ἄλλου ποτοῦ ἐν ταύτῃσι τῇσι νούσοισι πολλὰ ἂν εὐτυχοίης, καὶ οὐκ ἂν πολλὰ ἀτυχοίης·

Eulogikon public reading copy · View original HTML at eulogikon.org

οἷσι δὲ δοτέον, καὶ οἷσιν οὐ δοτέον, τὰ μέγιστα εἴρηται, καὶ δι’ ἃ οὐ δοτέον. Κατέγνωσται δὲ μελίκρητον ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων, ὡς καταγυιοῖ τοὺς πίνοντας, καὶ διὰ τοῦτο ταχυθάνατον εἶναι νενόμισται· ἐκλήθη δὲ τοῦτο διὰ τοὺς ἀποκαρτερέοντας· ἔνιοι γὰρ μελικρήτῳ μούνῳ χρέονται ποτῷ, ὡς τοιούτῳ δῆθεν ἐόντι· τὸ δὲ οὐ παντάπασιν ὧδε ἔχει· ἀλλ’ ὕδατος μὲν πολλῷ ἰσχυρότερόν ἐστι πινόμενον μοῦνον, εἰ μὴ ταράσσοι τὴν κοιλίην· ἀτὰρ καὶ οἴνου λεπτοῦ καὶ ὀλιγοφόρου καὶ ἀνόσμου ᾗ μὲν ἰσχυρότερον, ᾗ δὲ ἀσθενέστερον. Μέγα μὴν διαφέρει καὶ οἴνου καὶ μέλιτος ἀκρητότης· ἐς ἰσχὺν ἀμφοτέρων δ’ ὅμως τούτων, εἰ διπλάσιον μέτρον οἴνου ἀκρήτου πίνοι τις ἢ ὁκόσον μέλι ἐκλείχοι, πολλῷ ἂν δήπου ἰσχυρότερος εἴη ὑπὸ τοῦ μέλιτος, εἰ μοῦνον μὴ ταράσσοι τὴν κοιλίην· πολλαπλάσιον γὰρ καὶ τὸ κόπριον διεξίοι ἂν αὐτέῳ. Εἰ μέντοι ῥοφήματι χρέοιτο πτισάνῃ, ἐπιπίνοι δὲ μελίκρητον, ἄγαν πλησμονῶδες ἂν εἴη καὶ φυσῶδες, καὶ τοῖσι κατὰ τὰ ὑποχόνδρια σπλάγχνοισιν ἀξύμφορον· προπινόμενον μέντοι πρὸ ῥοφήματος μελίκρητον οὐ βλάπτει ὡς μεταπινόμενον, ἀλλά τι καὶ ὠφελέει. Ἑφθὸν δὲ μελίκρητον ἐσιδεῖν μὲν πολλῷ κάλλιον τοῦ ὠμοῦ· λαμπρὸν γὰρ καὶ λεπτὸν καὶ λευκὸν καὶ διαφανὲς γίγνεται· ἀρετὴν δὲ ἥντινα αὐτέῳ προσθέω διαφέρουσάν τι τοῦ ὠμοῦ οὐκ ἔχω· οὐδὲ γὰρ ἥδιόν ἐστι τοῦ ὠμοῦ, ἢν τυγχάνῃ γε τὸ μέλι καλὸν ἐόν· ἀσθενέστερον μέντοι γε τοῦ ὠμοῦ καὶ ἀκοπρωδέστερόν ἐστιν· ὧν οὐδετέρης τιμωρίης προσδέεται μελίκρητον. Ἄγχιστα δὲ χρηστέον αὐτέῳ τοιῷδε ἐόντι, εἰ τὸ μέλι τυγχάνοι πονηρὸν ἐὸν καὶ ἀκάθαρτον καὶ μέλαν καὶ μὴ εὐῶδες· ἀφέλοιτο γὰρ ἂν ἡ ἕψησις τῶν κακοτήτων αὐτέου τὰ πλείονα τοῦ αἴσχεος. [45]

16 Τὸ δὲ ὀξύμελι καλεύμενον ποτὸν πολλαχοῦ μὲν εὔχρηστον ἐν ταύτῃσι τῇσι νούσοισιν εὑρήσεις ἐόν· καὶ γὰρ πτυάλου ἀναγωγόν ἐστι, καὶ εὔπνοον. Καιροὺς μέντοι τοιούσδε ἔχει· τὸ μὲν γὰρ κάρτα ὀξὺ οὐδὲν ἂν μέσον ποιήσειε πρὸς τὰ πτύελα τὰ μὴ ῥηϊδίως ἀνιόντα· εἰ γὰρ ἀνάγοι μὲν τὰ ἐγκέρχνοντα, καὶ ὄλισθον ἐμποιήσειε, καὶ ὥσπερ διαπτερώσειε τὸν βρόγχον, παρηγορήσειεν ἂν τὸν πλεύμονα· μαλθακτικὸν γὰρ αὐτέου· καὶ εἰ μὲν ταῦτα ξυγκυρήσειε, μεγάλην ἂν ὠφελείην ποιήσειεν. Ἔστι δ’ ὅτε τὸ κάρτα ὀξὺ οὐκ ἐκράτησε τῆς ἀναγωγῆς τοῦ πτυέλου, ἀλλὰ προσεγλίσχρηνέ τε καὶ ἔβλαψεν· μάλιστα δὲ τοῦτο πάσχουσιν οἵπερ καὶ ἄλλως ὀλέθριοί εἰσι, καὶ ἀδύνατοι βήσσειν τε καὶ ἀποχρέμπτεσθαι τὰ ἐνεχόμενα. Ἐς μὲν οὖν τόδε προστεκμαίρεσθαι χρὴ τὴν ῥώμην τοῦ κάμνοντος, κἢν ἐλπίδα ἔχῃ, διδόναι· διδόναι δέ, ἢν διδῷς, ἀκροχλίαρον καὶ κατ’ ὀλίγον τὸ τοιόνδε, καὶ μὴ λάβρως. Τὸ μέντοι ὀλίγον ἔποξυ ὑγραίνει μὲν τὸ στόμα καὶ φάρυγγα· ἀναγωγὸν δὲ πτυέλου ἐστὶ καὶ ἄδιψον· ὑποχονδρίῳ δὲ καὶ σπλάγχνοισι καὶ ταύτῃ εὐμενές· καὶ τὰς ἀπὸ μέλιτος βλάβας κωλύει· τὸ γὰρ χολῶδες ἐν μέλιτι κολάζεται. Ἔστι δὲ καὶ φυσέων καταῤῥηκτικὸν, καὶ ἐς οὔρησιν προτρεπτικόν· ἐντέρου μέντοι τῷ κάτω μέρει πλαδαρώτερον, καὶ ξύσματα ἐμποιέει· ἔστι δ’ ὅτε καὶ φλαῦρον τοῦτο ἐν τῇσιν ὀξείῃσι νούσοισι γίγνεται, μάλιστα μὲν ὅτι φῦσαν κωλύει περαιοῦσθαι, ἀλλὰ παλινδρομέειν ποιέει· ἔτι δὲ καὶ ἄλλως γυιοῖ καὶ τὰ ἀκρωτήρια ψύχει· ταύτην καὶ οἶδα μούνην δι’ ὀξυμέλιτος γιγνομένην βλάβην, ἥτις καὶ ἀξίη γραφῆς. Ὀλίγον δὲ τὸ τοιόνδε ποτὸν νυκτὸς μὲν καὶ νήστει πρὸ ῥοφήματος ἐπιτήδειον προπίνεσθαι· ἀτὰρ καὶ ὁκόταν πουλὺ μετὰ ῥόφημα ᾖ, οὐδὲν κωλύει πίνειν. Τοῖσι δὲ ποτῷ μοῦνον διαιτωμένοισιν ἄνευ ῥοφημάτων διὰ τόδε οὐκ ἐπιτήδειόν ἐστιν αἰεὶ καὶ διὰ παντὸς χρέεσθαι τούτῳ, μάλιστα μὲν διὰ ξύσιν ἢ τρηχυσμὸν τοῦ ἐντέρου (ἀκόπρῳ γὰρ ἐόντι μᾶλλον ἐμποιέοι ἂν, καὶ ταῦτα κενεαγγείης παρεούσης)· ἔπειτα δὲ καὶ τὸ μελίκρητον τῆς ἰσχύος ἀφαιρέοιτο ἄν. Ἢν μέντοι ἀρήγειν φαίνηται πρὸς τὴν ξύμπασαν νοῦσον, πολλῷ ποτῷ τούτῳ χρέεσθαι, ὀλίγον χρὴ τὸ ὄξος παραχέειν, ὅσον μοῦνον γιγνώσκεσθαι· οὕτω γὰρ καὶ ἃ φιλέει βλάπτειν, ἥκιστα ἂν βλάπτοι, καὶ ἃ δεῖται προσωφελέειν, προσωφελοίη ἄν. Ἐν κεφαλαίῳ δ’ εἴρησθαι, αἱ ἀπὸ ὀξέος ὀξύτητες πικροχόλοισι μᾶλλον ἢ μελαγχολικοῖσι ξυμφέρουσι· τὰ μὲν γὰρ πικρὰ διαλύεται καὶ ἐκφλεγματοῦται, μετεωριζόμενα ὑπ’ αὐτέου· τὰ δὲ μέλανα ζυμοῦται καὶ μετεωρίζεται καὶ πολλαπλασιοῦται· ἀναγωγὸν γὰρ μελάνων, ὄξος.

Γυναιξὶ δὲ τὸ ἐπίπαν πολεμιώτερον ἢ ἀνδράσιν ὄξος· ὑστεραλγὲς γάρ ἐστιν. Ὕδατι δὲ ποτῷ ἐν τῇσιν ὀξείῃσι νούσοισιν ἄλλο μὲν οὐδὲν ἔχω ἔργον ὅ τι προσθέω· οὔτε γὰρ βηχὸς παρηγορικόν ἐστιν ἐν τοῖσι περιπλευμονικοῖσιν, οὔτε πτυέλου ἀναγωγὸν, ἀλλ᾽ ἧσσον τῶν ἄλλων, εἴ τις διὰ παντὸς ὕδατι ποτῷ χρέοιτο.

17 Μεσηγὺ μέντοι ὀξυμέλιτος καὶ μελικρήτου ὕδωρ ἐπιῤῥοφεόμενον ὀλίγον πτυέλου ἀναγωγόν ἐστι διὰ τὴν μεταβολὴν τῆς ποιότητος τῶν ποτῶν· πλημμυρίδα γάρ τινα ἐμποιέει. Ἄλλως δὲ οὔτε δίψαν παύει, ἀλλ᾽ ἐπιπικραίνει· χολῶδες γὰρ φύσει χολώδει, καὶ ὑποχονδρίῳ κακόν· καὶ κάκιστον ἑωυτοῦ καὶ χολωδέστατον καὶ φιλαδυναμώτατον, ὅταν ἐς κενεότητα ἐσέλθῃ· καὶ σπληνὸς δὲ αὐξητικὸν καὶ ἥπατός ἐστιν, ὁκόταν πεπυρωμένον ᾖ· καὶ ἐγκλυδαστικόν τε καὶ ἐπιπολαστικόν· βραδύπορόν τε γάρ ἐστι διὰ τὸ ὑπόψυχρον καὶ ἄπεπτον εἶναι· καὶ οὔτε διαχωρητικὸν, οὔτε διουρητικόν· προσβλάπτει δέ τι καὶ διὰ τόδε, ὅτι ἄκοπρόν ἐστι φύσει· ἢν δὲ δὴ καὶ ποδῶν ψυχρῶν ποτε ἐόντων ποθῇ, πάντα ταῦτα πολλαπλασίως βλάπτει, ἐς ὅ τι ἂν αὐτέων ὁρμήσῃ. Ὑποπτεύσαντι μέντοι ἐν ταύτῃσι τῇσι νούσοισιν ἢ καρηβαρίην ἰσχυρὴν ἢ φρενῶν ἅψιν, παντάπασιν οἴνου ἀποσχετέον· ὕδατι δὲ ἐν τῷ τοιῷδε χρηστέον, ἢ ὑδαρέα καὶ κιῤῥὸν παντελῶς δοτέον οἶνον καὶ ἄοσμον παντάπασι, καὶ μετὰ τὴν πόσιν αὐτοῦ ὕδωρ μεταποτέον ὀλίγον· οὕτω γὰρ ἂν ἧσσον τὸ ἀπὸ τοῦ οἴνου μένος ἅπτοιτο τῆς κεφαλῆς καὶ γνώμης· ἐν οἷσι δὲ μάλιστα αὐτέων ὕδατι ποτῷ χρηστέον, καὶ ὁκότε πολλῷ κάρτα, καὶ ὅκου μετρίῳ, καὶ ὅκου ψυχρῷ, καὶ ὅκου θερμῷ, τὰ μέν που πρόσθεν εἰρέαται, τὰ δὲ ἐν αὐτέοισι τοῖσι καιροῖσι ῥηθήσεται. Κατὰ ταῦτα δὲ καὶ περὶ τῶν ἄλλων ποτῶν, οἷον τὸ κρίθινον, καὶ τὰ ἀπὸ χλοίης ποιεύμενα, καὶ τὰ ἀπὸ σταφίδος καὶ στεμφύλων καὶ πυρῶν καὶ κνήκου καὶ μύρτων καὶ ῥοιῆς καὶ τῶν ἄλλων, ὅταν τινὸς αὐτέων καιρὸς ᾖ χρέεσθαι, γεγράψεται παρ᾽ αὐτέῳ τῷ νουσήματι, ὅκως περ καὶ τἄλλα τῶν ξυνθέτων φαρμάκων. Λουτρὸν δὲ συχνοῖσι τῶν νουσημάτων ἀρήγοι ἂν χρεομένοισιν, ἐς τὰ μὲν ξυνεχέως, ἐς τὰ δ᾽ οὔ.

18 Ἔστι δὲ ὅτε ἧσσον χρηστέον διὰ τὴν ἀπαρασκευασίην τῶν ἀνθρώπων· ἐν ὀλίγῃσι γὰρ οἰκίῃσι παρεσκεύασται τὰ ἄρμενα καὶ οἱ θεραπεύοντες ὡς δεῖ· εἰ δὲ μὴ παγκάλως λούοιτο, βλάπτοιτ᾽ ἂν οὐ σμικρά· καὶ γὰρ σκέπης ἀκάπνου δεῖ, καὶ ὕδατος δαψιλέος, καὶ τοῦ λουτροῦ συχνοῦ καὶ μὴ λίην λάβρου, ἤν γε μὴ οὕτω δέῃ. Καὶ μᾶλλον μὲν μὴ σμήχεσθαι· ἢν δὲ σμήχηται, θερμῷ χρέεσθαι αὐτέῳ καὶ πολλαπλασίῳ ἢ ὡς νομίζεται σμήγματι, καὶ προσκαταχέεσθαι μὴ ὀλίγῳ, καὶ ταχέως μετακαταχέεσθαι. Δεῖ δὲ καὶ τῆς ὁδοῦ βραχείης ἐς τὴν πύελον, καὶ ἐς εὐέμβατον καὶ ἐς εὐέκβατον· εἶναι δὲ καὶ τὸν λουόμενον κόσμιον καὶ σιγηλὸν, καὶ μηδὲν αὐτὸν προσεξεργάζεσθαι, ἀλλ᾽ ἄλλους καὶ καταχέειν καὶ σμήχειν· καὶ μετακέρασμα πολλὸν ἡτοιμᾶσθαι, καὶ τὰς ἐπαντλήσιας ταχείας ποιέεσθαι· καὶ σπόγγοισι χρέεσθαι ἀντὶ στλεγγίδος, καὶ μὴ ἄγαν ξηρὸν χρίεσθαι τὸ σῶμα. Κεφαλὴν μέντοι ἀνεξηράνθαι χρὴ ὡς οἷόν τε μάλιστα ὑπὸ σπόγγου ἐκμασσομένην, καὶ μὴ διαψύχεσθαι τὰ ἄκρεα, μήτε τὴν κεφαλὴν, μήτε τὸ ἄλλο σῶμα· καὶ μήτε νεοῤῥόφητον μήτε νεόποτον λούεσθαι, μηδὲ ῥοφέειν, μηδὲ πίνειν ταχὺ μετὰ τὸ λουτρόν. Μέγα μὲν δὴ μέρος χρὴ νέμειν τῷ κάμνοντι, ἢν ὑγιαίνων ᾖ φιλόλουτρος ἄγαν καὶ εἰθισμένος λούεσθαι· καὶ γὰρ ποθέουσι μᾶλλον οἱ τοιοίδε, καὶ ὠφελέονται λουσάμενοι, καὶ βλάπτονται μὴ λουσάμενοι. Ἁρμόζει δὲ ἐν περιπλευμονίῃσι μᾶλλον ἢ ἐν καύσοισι τὸ ἐπίπαν· καὶ γὰρ ὀδύνης τῆς κατὰ πλευρὴν καὶ στήθεα καὶ μετάφρενον παρηγορικόν ἐστι τὸ λουτρὸν, καὶ πτυέλου πεπαντικὸν καὶ ἀναγωγὸν, καὶ εὔπνοον καὶ ἄκοπον· μαλθακτικὸν γὰρ καὶ ἄρθρων καὶ τοῦ ἐπιπολαίου δέρματος· καὶ οὐρητικὸν δὲ, καὶ καρηβαρίην λύει, καὶ ῥῖνας ὑγραίνει. Ἀγαθὰ μὲν οὖν λουτρῷ τοσαῦτα πάρεστιν, ὧν πάντων δεῖ· ἢν μέντοι τῆς παρασκευῆς ἔνδειά τις ᾖ ἑνὸς ἢ πλειόνων, κίνδυνος μὴ λυσιτελέειν τὸ λουτρὸν, ἀλλὰ μᾶλλον βλάπτειν· ἓν γὰρ ἕκαστον αὐτέων μεγάλην φέρει τὴν βλάβην, μὴ παρασκευασθὲν ὑπὸ τῶν ὑπουργῶν ὡς δεῖ. Ἥκιστα δὲ λούειν καιρὸς τούτους οἷσιν ἡ κοιλίη ὑγροτέρη τοῦ καιροῦ ἐν τῇσι νούσοισιν· ἀτὰρ

Eulogikon public reading copy · View original HTML at eulogikon.org

οὐδὲ οἷσιν ἕστηκε μᾶλλον τοῦ καιροῦ καὶ μὴ προδιελήλυθεν· οὐδὲ δὴ τοὺς γεγυιωμένους χρὴ λούειν, οὐδὲ τοὺς ἀσώδεας ἢ ἐμετικοὺς, οὐδὲ τοὺς ἐπανερευγομένους χολῶδες, οὐδὲ τοὺς ἐκ ῥινῶν αἱμοῤῥαγέοντας, εἰ μὴ ἔλασσον τοῦ καιροῦ ῥέοι· τοὺς δὲ καιροὺς οἶδας· ἢν δὲ ἔλασσον τοῦ καιροῦ ῥέοι, λούειν, ἤν τε ὅλον τὸ σῶμα πρὸς τὰ ἄλλα ἀρήγῃ, ἤν τε τὴν κεφαλὴν μοῦνον. Ἢν οὖν αἵ τε παρασκευαὶ ἔωσιν ἐπιτήδειοι καὶ ὁ κάμνων μέλλῃ εὖ δέξασθαι τὸ λουτρὸν, λούειν χρὴ ἑκάστης ἡμέρης· τοὺς δὲ φιλολουτρέοντας οὐδ’ εἰ δὶς τῆς ἡμέρης λούοις, οὐδὲν ἂν βλάπτοις. Χρέεσθαι δὲ λουτροῖσι τοῖσιν ὅλῃσι πτισάνῃσι χρεομένοισι παραπουλὺ μᾶλλον ἐνδέχεται, ἢ τοῖσι χυλῷ μοῦνον χρεομένοισιν· ἐνδέχεται δὲ καὶ τουτέοισιν ἐνίοτε· ἥκιστα δὲ καὶ τοῖσι ποτῷ μοῦνον χρεομένοισιν· ἔστι δὲ καὶ οἷσι τουτέων ἐνδέχεται· τεκμαίρεσθαι δὲ χρὴ τοῖσι προγεγραμμένοισιν οὕς τε μέλλει λουτρὸν ὠφελέειν ἐν ἑκάστοισι τῶν τρόπων τῆς διαίτης, οὕς τε μή.

18 (50) Οἷοι μὲν γὰρ προσδέεταί τινος κάρτα τουτέων, ὁκόσα λουτρὸν ἀγαθὰ ποιέει, καὶ πρόσεστιν αὐτέοισιν ὅσα ἂν λουτρῷ ὠφελέηται, δεῖ λούειν· οἷσι δὲ τουτέων μηδενὸς προσδεῖ, καὶ πρόσεστιν αὐτέοισι τῶν σημείων ἐφ’ οἷσι λούεσθαι οὐ ξυμφέρει, οὐ δεῖ λούειν.

Eulogikon public reading copy · View original HTML at eulogikon.org