

περὶ τὸν Κεραμεικόν. Πρὸς τούτοις εἶνε ἐκδοτός εἰς τὸν οἶνον καί, ὅταν ἐρεθισθῆ, γίγνεται ἀδόλεσχος, ἐκτός τοῦ θέματος δὲ περὶ οὐδενὸς ἄλλου ὁμιλεῖ.
(Ἀκολουθεῖ)

ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΟΥ ΙΑΤΡΟΥ Bellioli

ΠΕΡΙ ΠΟΤΩΝ.

Ὀνομάζουσι ποτὰ ὑγρά τινα προωρισμένα νὰ καταπαύωσι τὴν δίψαν καὶ νὰ ἀναπληρώωσι τὰς ἀπωλείας, ἅς καθ' ἐκάστην στιγμήν ὑφίσταται ἡ οἰκονομία εἰς τὸ ὕδα-
τώδες ἢ ὑγρὸν μέρος αὐτῆς.

Τὰ μᾶλλον ἐν χρήσει ποτὰ εἰσὶ τὰ ἐξῆς: τὸ ὕδωρ, ὁ οἶνος, ὁ μηλύτης, ὁ ζύθος, τὰ οἶνοπνεύματα, τὰ γλυκία ποτὰ liqueurs διαλύσεις τινὲς σακχαρώδεις, σιροπώδεις, ὑπόξοινοι καὶ τινα ἀποβρέγματα, ὡς ὁ καφὲς, τὸ τσίον, ἡ σοκολάτα, κλ. Τὰ μὲν τούτων ἔχουσιν ὡς βάσιν τὸ ὕδωρ, τὰ δὲ τὸ οἶνοπνευμα· ἐκ τούτου ἡ διαίρεσις τῶν ποτῶν εἰς ὕδα-
τώδη καὶ πνευματώδη.

Α'. ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΥΔΑΤΟΣ.

Τὸ ὕδωρ, ὅπερ ὁ τοῦ παντὸς Δημιουργὸς διεσχόρπισεν ἐπὶ τῆς γῆς μετ' ἀφθονίας, εἶνε τὸ φυσικώτερον ποτὸν τοῦ ἀνθρώπου. Τὸ παγκόσμιον τοῦτο ὑγρὸν εἶνε ποτὸν γλυκὺ, ἐλαφρὸν, ὅπερ διευκολύνει τὴν διάλυσιν τῶν βρεπτικῶν οὐσιῶν καὶ διεγείρει καταλλήλως τὸν στόμαχον διὰ τοῦ ἀέρος καὶ τῶν ἀλατωδῶν συνθέσεων, ἅς περιέχει. Τὸ ὕδωρ εἶνε χρήσεως συνήθους καὶ ἀπαραιτήτου πρὸς ἀναπλήρωσιν τῶν ἀπωλειῶν τῶν ρευστῶν, ἅς ἀδιακόπως ὑφίσταται ἡ οἰκονομία ἡμῶν διὰ τῶν οὐρῶν, τοῦ ἰδρώτος, τῆς πνευμονικῆς ἀναπνοῆς, τῆς τοῦ δέρματος καὶ τῶν διαφορῶν ἐξατμίσεων. Τὸ ὕδωρ εἶνε τὸ προξενούν τὴν ἀπόλαυσιν ταύτην καὶ τὴν ἀσύγκριτον εὐχαρίστησιν, ἣν αἰσθανόμεθα καταπαύοντες καυστικὴν δίψαν. Τὸ ποτὸν τοῦτο, ὅπερ οὐδὲν ἄλλο ὑγρὸν δύναται νὰ ἀντικαταστήσῃ καὶ ὅπερ μόνον, καθ' ὅλας τὰς περιπτώσεις, θὰ ἠδύνατο νὰ ἐπαρκῆ εἰς ἀπάσας τὰς ἀνάγκας τοῦ ἀνθρώπου, ἐὰν οὐτος, πάντοτε ἀπλη-