

πολλοί τρώγουσι μὴ μαστῶντες· ἀλλ' ἡ συνήθεια ὑπάρχει ὁλοθρία ὡς ἐπιβάλλουσα εἰς τὸν στόμαχον τὸ ἔργον τῶν ὀδόντων, τὴν λειοτριβίαν δηλ. τῶν ὀνύχων.

Ο περίπτερος 3 — 4 ὥρας μετὰ τὸ ἀριστον, ἢ πρὸ ἀριστοῦ ὥρεται, ποτὲ ὅμως μετ' αὐτό. Πάντα τὰ ἀναπαύονται, ἀφοῦ φάγωσιν αὐτόματος διδασκαλίας φύσεως, οἷ ἡ ἡρεμία ὑπάρχει ἀναγκασία εἰς τὸν ὁ δὲ Abernethy δοξάζει ὅτι ἡ ἐξομοίωσις τῆς γίγνεται εὐκολώτερον καὶ ὅταν κοιμώμεθα εὐθὺς πρὸ τοῦ δεῖπνον.

ὡς οἷος εὐρίσκει τὸν ἀναγκαῖον καιρὸν εἰς τὸν ἢ κίνησις ἀναπτύσσει καὶ ἐνισχύει τὰ εἰσάγει νέον καὶ καθαρὸν αἶμα εἰς τοὺς πνεύμονας, βοηθεῖ τὴν κίνησιν τῶν χυμῶν, (καὶ μάλιστα τῆς αἵματος) αἵματος ἄλλως ἐμειλὼν νὰ λιμνάζωσιν ὡς εἰς τὰ καὶ σαφῆ ὕδατα. Οἱ σωματικοὺς ἀνθρώπους ἀναχωροῦσιν εἰς τὴν ἐλαχίστην νότον, οὔτε πρὸς τὴν ὡς σταχεῖς ὑπὸ τῆς καταιγίδος.

καὶ δὲν πρέπει νὰ ἐξηρχώμεθα καὶ νὰ περιπατῶμεν ἐπὶ ἐκτατοῦς ἐπιδημίας, ἢ εἰς νοτιὸν μάλιστα πρὶν φάγωμεν. Ἐπειδὴ τότε εὐκολώτερον ἀπορροῦν τὰ μιάσματα τῆς ἀτμοσφαιρᾶς, ἢ προσβαλεῖται ὑπὸ τοῦ ψύχους, ὡς ἀδύνατον ὑπάρχοντος αὐτοῦ μετὰ τὴν διαφόρῃν τῆς νυκτός. Ἀλλὰ καὶ τὰ ὅποια κατ' αὐτὸν τὸν καιρὸν ἀπωλέσμεν, ἐκ τῆς πᾶσα ἡ ἀναπληρωθῶσιν ὁπωσδήποτε. Ἐνεκα τοῦ τὸ πρόγευμα συκφύει νὰ γίῃται ὑγρότερον ἢ ἄλλων καὶ ὡς ποιοῦντες τινες μεταχειρίζονται καὶ τὸ τὸ εἰς τοῦτο, πίνουσι δὲ καὶ ψυχρὸν μετὰ γλυκύματος κατὰ τὸν ἀσιατικὸν τρόπον.

ἡ ψίψις ταραττεται οὐχὶ μόνον ἐκ τῆς ποιότητος τοῦ ποτοῦ τῶν εἰσπνευμένων, ἀλλὰ καὶ κατὰ τὴν φύσιν ἄλλων ὀργάνων νοσηνῶν, μάλιστα δὲ τοῦ ἡπατος, τὸ ὅποιον ὑπάρχει συνέχεια τοῦ γαστρικοῦ σωλήνος καὶ ἀκολουθῶς συμπάσχει μετ' αὐτοῦ καὶ αὐτὸς μετ' ἐκείνου. Οὕτω π.χ. καὶ λειχήνες καὶ ἀχῶρες καὶ ἄλλα τοιαῦτα ἡπατος πάθη ἀνγγέλλουσιν εἰς τὰ ἐξω ὅπου καὶ χρονικὴν νόσον τοῦ στομάχου καὶ τῶν ὀνύχων. Ομοίως δὲ ὅταν ψύχῃται αἴφνης· τὸ δέρμα, καὶ δὲ κατὰ τὰ κάτω ἀκρωτήρια, ἐπέρχεται ἡ νόσος διὰ τὴν ἀναπληρώσιν τὴν καλινδρομήσαν, ἢ αἵματι τοῦ δέρματος διαφόρῃν, ἢ προσενοῦνται εἰς τὴν κοιλίαν.

ἡ ἀναπληρώσις τῆς θρεπτικῆς ὕλης ὑπὸ τῶν ἀγχοῦ τοῦ ὑπολειπόμενον ἀποβάλλεται ὡς σκύβαλον ἐξω, ἀφ' οὗ ἐπισωρευθῇ ὡς ἐντὸς ἀποθήκῃ· εἰς τὸν ἡπατέρα τοῦ ἐντέρου ἐσχατίαν. Ἀλλ' ἡ ποσότης τῆς περιττώματος τούτου διαφέρει κατὰ τὸ εἶδος τῆς τροφῆς· διότι ἐκ μὲν τῆς φυτικῆς ὀλίγη καθαρίζεται· εἰς τὴν πραγματικῶς ὥριμος, ἢ σαρκοποιεῖς, τὸ ὅλον γίνεται κόπρος, ἥτις ἀφ' οὗ παραμείνῃ τινὸς ἐκβάλλει τὴν ἐξοδὸν τῆς ἢ δὲ ζωικῆς καὶ ἡ τροφή περιέχουσα πολλὴν σαρκώδη ὕλην, ἀναλόγως ὀλίγον περιττώμα, ὅθεν τοῦτο ὡς ἡλικτικὸν παραμένον διεσποδισμένον χρόνον εἰς τὴν καὶ βραδύτερον τὴν συστολὴν τοῦ ἐντέρου διὰ

νὰ ἐξέλθῃ. Τούτου ἕνεκεν τὰ μὲν φυτὰ θεωροῦνται ὡς λαπακτικά, ἢ εὐκοιλία, τὰ δὲ κρέατα, τὰ ἀλευρώδη καὶ τὰ τοῖς ὁμοῖα ὡς στεγνώματα, ἢ δυσκοιλιογένητα ἐμποιοῦντα.

Ἀλλ' ὁ ἄνθρωπος ἐπλάσθη ἐπιτήδειος νὰ τρέφῃται καὶ ἐκ ζώων καὶ ἐκ φυτῶν ἱξίου. Διὰ τοῦτο καὶ τὰ ἐντερὰ του ἔχουσι μῆκος πλείοτερον τοῦ τῶν καθαρώων σαρκοφάγων διὰ νὰ ἔχῃ καιρὸν ἢ φυτικῆς τροφῆς νὰ μετουσιωθῇ ἐντὸς αὐτῶν, βραχύτερον δὲ τοῦ τῶν ποτηράων, διότι τρώγει καὶ σάρκας.

Ἐπειδὴ ὅμως τὸ περιέχον συμμετρεῖ ἢ φύσις εἰς τὰ περιεχόμενον, ὡς ἐπὶ τὸ πλείστον ὁ στομάχος τῶν γαστριμάργων καὶ πολυφάγων γίνεταί κατ' ὀλίγον εὐρυχωρότερος τοῦ συνήθους, καθὼς παρετηρήθη πάντοτε τοιοῦτος ὁ τῶν ἐνδεῶν ὡς πρὸς τὸν τῶν πλουσίων καθότι δέχεται μεγαλύτερον ὄγκον τροφῆς διὰ νὰ ἐξέλθῃ ἴση χυλοῦ ποσότης.

Ἦτο περιέργον νὰ παρατηρήσῃ τις τὰ γινόμενα ἐντὸς τοῦ στομάχου αὐτοῦ κατὰ τὸν καιρὸν τῆς πέψις· διότι ἤθελε καταλάβει, οὕτως εἰπεῖν, ἐπ' αὐτοφῶρ ἐνεργοῦσαν τὴν φύσιν. Τοιαῦτα περιστάσεις συνέπεσον σπανίως ἐπὶ πασχόντων σύριγγα τοῦ ὄργανου τούτου ἀνθρώπων δι' αὐτὴς δὲ ὡς διὰ θυρίδος τινὸς ἡδύνατο οἱ ἱατροὶ νὰ κατοπτρεύσῃ μέρος τοῦλάχιστον τοῦ μυστηρίου. Ἐκ τῶν ἀναφερομένων ὅμως τούτων κατασκόπων τῆς φύσεως οὐδεὶς εὐδοκίμησεν ἴσως τοσούτον ὅσον ὁ Ἀμερικανὸς Beaumont (1) διότι εἰς πολλὸν χρόνον εὐτύχησε νὰ βλέπῃ τὸν στομάχον ἀρθρώσῃ τινὸς Ἀλέξις S. Martin λεγομένου, Καναδιανοῦ τὴν πατρίδα πληρωθέντος διὰ πυρετοῦ παρὰ τὴν 6ην πλευρὰν καὶ πολλὰ ἐπ' αὐτοῦ ἐπεχείρησε πειράματα. Ὅθεν ἐξ αὐτῶν ἐρανίζόμεθα 1. τὰς κεφαλαιώδεις τάς ἐπὶ τῆς πέψις, σκέψεις· καὶ 2. πίνακα ἀναλογικὸν τῆς πέψις διαφόρων τροφῶν.

1) Ἡ πύνα προέρχεται ἐκ τῆς διατάξεως τῶν ἀγγείων, τὰ ὅποια ἐκκρίνουσι τὸν γαστρικὸν χυμὸν· ἢ δὲ διὰ ἐκ τῆς διαφορῆς τῶν ὕψων τοῦ σώματος· τὸ αἵτημα ἐκατέρων μεταβιβάζεται διὰ τῶν νεύρων εἰς τὸν ἐγκέφαλον.

2) Ὁ εἰρημένος γαστρικὸς χυμὸς διαλύει τὸν ἐσθλὸν τῆς τροφῆς.

3) Ὑπάρχει ὑγρὸς, καθαρὸς, διαφανὴς, ἄσπρος, ὀλίγον ἀλμυρὸς καὶ ὀξυς.

4) Περιέχει ὑδροχλωρικὸν ὀξύ πτλ.

5) Οὐδέποτε εὐρίσκειται ὡς ἀπόθετος ἐντὸς τοῦ στομάχου, ἀλλ' ἀναβλύζει ὅταν ἔλθωσιν αὐτῇ τὰ μεμασσημένα σιτία.

6) Ἐκκρίνεται ὑπὸ τινων ἀγγείων ἄλλων παρὰ τοὺς μυχογόνους ἀδενίσκους.

7) Σπανίως εὐρίσκειται ἀγνός, ὡς ἐπὶ τὸ πλείστον δὲ σύμμικτος μετὰ σιέλου καὶ ἐλίνης.

8) Πήγνι τὸ λεύκωμα, ἐπιτα δὲ διαλύει τὸν θρόμβον.

(1) Experiments and observations on the gastric juice and the physiology of Digestion by William Beaumont. Platsburgh.