

ΦΟΙΒΟΣ

ΕΠΙΜΗΝΙΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗ

ΠΕΡΙ

ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΑΣ

ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΡΟΧΕΙΡΟΥ
ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΝ ΒΑΛΕΙΨΕΙ ΙΑΤΡΟΥ

ΥΠΟ

ΙΩΑΝΝΟΥ Π. ΝΕΔΕΡΛΑ

Ήθησία συν. προπλ.φ.5. Διὰ τὸ ἔξωτ. 5.50 μετὰ τοῦ Παραφοίτου κατ'Ἑλλάδα

ΕΤΟΣ ΙΖ΄. — Ἐν Ἀθήναις τῇ 1 Ἰανουαρίου 1896. ΑΡΙΘ. 1

ΥΓΙΕΙΝΑ ΑΝΔΡΕΚΤΑ

Τὸ ὕδν τῆς Ἰδίας ἡμέρας εἶνε θραπτικώτερον τοῦ τῆς προ-
τεραίας καὶ τοῦ τῆς προηγουμένης καὶ καθ' ἑξῆς.

Νεαρὸν λέγεται τὸ ὕδν, ὅταν τὸ μὲν ὕδρον ᾖνε δύο ἡμε-
ρῶν, τὸν δὲ χειμῶνα μέχρις 6.

Διαγινώσκεται ἡ ταιαύτη ποιότης διὰ τῆς ἐμβάψεως τοῦ
ὕδου ἐν ὕδατι πηγαίῳ, ἔχοντι ἐν διαλύσει 127 μέρη ἄλατος κοι-
νοῦ εἰς 1000 μ. ὕδατος. Ἴάν τὸ ὕδν ᾖνε νεαρὸν, καταβυθίζεται
μέχρι τοῦ πυθμένος τοῦ ἀγγείου, ἐάν πλείονων ἡμερῶν, δὲν ἐγγί-
ζει τοῦτον, κολυμβᾷ, καὶ ἐπιπλέει, καὶ ὅσον πλείονων ἡμερῶν
εἶνε τόσοσ ἡ κόγχη τοῦ ὕδου ἐξέχει τῆς ἐπιφανείας τοῦ ὕδατος.

Ἡ ὄρυς ζῆ περι τὰ 10 ἔτη. Τὸ 1ον ἔτος γεννᾷ 15 ἕως 20
ὄα, τὸ 2ον περι τὰ 70· οὕτως ἐξακολουθεῖ μέχρι τοῦ 4ου ἔτους,
ἐντεῦθεν ἀρχεται ἐλαττοῦσθαι ὁ ἀριθμὸς· τὸ δὲ 7ον ἔτος γεννᾷ 50
ἕως 60, τὸ 8γδασον ἕως 15, τὸ ἕνατον ἕως 10.

Ὁ Πλούταρχος λέγει πότερον τὸ ὕδν ὑπῆρξε πρότερον ἢ
ἡ ὄρυς; Κατὰ τὴν Παλαιάν Διαθήκην ὁ Θεὸς ἐποίησεν ἐν ἡλίκα τὰ
ζῶα, καὶ κατὰ τὴν μυθολογίαν ὁ Δευκαλίον ῥίπτιον λίθους, ἐνή-
λικας ἀνθρώπους ἐποίη.

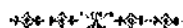
1 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 1896.

Ο Ἀριστοτέλης λέγει ὅτι τὸ ὠρὸν ὠρὸν περιστροφόμενον διὰ τῆς ὠθήσεως τῶν δακτύλων οὐ δύναται δινεῖσθαι, ἀλλὰ κἀπίπτει. Τοῦτο γνωστόν ἐστὶ ἔτι παρὰ τῆ λαῶ.

Ἐν Ἀγγλίᾳ εἰσάγονται κατ' ἔτος 438,878,880 ὠά ἀξίας 27.427,929 δρ.

Ἐν Αἰγύπτῳ οἱ ἱερεῖς τῆς Μέμφιδος ἀπαγόρευον τὴν βρώσιν τῶν ὠῶν κατὰ τὴν χειμερινὴν ἰσημεριναν, διότι ἐδόξαζον ὅτι κατὰ τὴν ἐποχὴν ταύτην, οὐσὴς τῆς φύσεως ἐν ὄργασμῳ, παράγεται ἐν τοῖς ὠαῖς ζύμωσις ἐπιβλαβὴς τῇ ὑγιείᾳ. Παρὰ τοῖς παρ' ἡμῖν ὀρεσιβίτοις ἐπικρατεῖ ἰδέα ὅτι τὰ ὠά ἐσθιόμενα τὸ ἔαρ παράγουσι διαλείποντας πυρετούς. Οἱ Αἰγύπτιοι ἵνα ἐσθίωσιν ὠά κατὰ τὴν ἰσημεριναν ἐκείνην, ἐβραζον ὠά σκληρὰ ἄλλης ἐποχῆς καὶ διετήρουν ταῦτα πρὸς βρώσιν· ἐχρημάτιζον τὰ βραστὰ πρὸς διάκρισιν. Ἐκ τούτου ἐκράτησε τὸ βράζειν τὰ ὠά κατὰ τὸ Πάσχα.

Τὸ σκληρὸν ὠῶν εἶνε ὀρεπτικώτερον τοῦ ἀπαλοῦ.



Τὸ γάλα εἶνε ἡ ἐντελεστέρα τροφή· ἐμπεριέχει αὐστατικὰ ὀρεπτικὰ καὶ θερμοποιά. Ἐἶνε ἰσοδύναμον πρὸς τὰ ὠά, τὰ ὁποῖα εἶνε προτιμητέα τοῦ γάλακτος, διότι τοῦ γάλακτος ἡ παραγωγή εἶνε ἀθῆλος, ἀν προέρχεται ἐξ ὑγειοῦς ἢ μὴ κτήνους, ἀν ἦνε ἀνόθευτον καὶ καθαρὸν καὶ ἀν ὁ ἀμέλγων ἔχη καθαρὰς τὰς χεῖρας κλπ. ἐν ᾧ τὸ ὠρὸν εἶνε καθαρὸν καὶ δὲν ἐπιδέχεται νοθείαν.

Τὸ γάλα καὶ τὸ μέλι μεγάλης ἐτιμῆντο παρὰ τοῖς ἀρχαίοις. (1) Θεὸς λέγει διὰ τοῦ Μωϋσέως· «καὶ ἐγὼ θώσω ὑμῖν αὐτὴν ἐν κτήσει γῆν γάλα καὶ μέλι.» (Λευιτικὴν κβ.) Καὶ παρὰ τῷ Ἑλληνικῷ λαῷ ἐτιμᾶτο τὸ γάλα ὡς πολυτίμον. Τοῦτο ἐκφράζεται εἰς τὰ κάλαντρα· «Τὸ μέλι τρώει οἱ ἄρχοντες τὸ γάλα οἱ ἀφεντάδες καὶ τὸ μελισσοδότανον τὸ λουζονται οἱ κυράδες.»

Τὸ γάλα καὶ τὸ μέλι εἶχον οἱ ἀρχαῖοι καὶ ὡς ἱατρικόν. Ὁ Διοσκουρίδης λέγει ὅτι τὸ γάλα μετὰ μέλιτος, ὕδατος καὶ ἄλατος ὠφελεῖ κατὰ τῆς κακιοχυμίας καὶ τῶν ἐξαυθημάτων. Λέγει προσέτι ὅτι βλέπτει τοὺς σπληνικοὺς, τοὺς ἡπατικοὺς, τοὺς νευρικοὺς, τοὺς πυρέσσοντας καὶ τοὺς κ-φαλαγούς.

Ὁ Γαληνὸς λέγει (Ἔδπ. β'). «Ἐπὶ δὲ τοὺς τυρωθάντας ἐκ γάλακτος καὶ τοῦτο πνευγμὸν ἐπάγοντος πετρίαν ἐν ὀφθῶ πότιζε.»

Τοῦτο νῦν οἱ παιμένες γινώσκουσι καὶ ποιῶσι.

Κατὰ τὸν Διοσκουρίδην τὸ γάλα τὸ ἐαρινὸν εἶνε ὑδαρέστερον τοῦ θερινοῦ, καὶ τὸ ἀπὸ χλωρᾶς νομῆς μαλακτικώτερον κοιλίας. Τὸ καλὸν γάλα πρέπει νὰ εἶνε λευκὸν καὶ συστρεφόμενον, ἐπειδὴν ἐπιταγῇ ὄνυχι. Τὸ αἴγειον εἶνε ὀλιγώτερον εὐκοίλιον· διότι ἡ αἰξ τρέφεται ἐκ φύλλων διαφόρων δένδρων. Τὸ πρόβειον ἐστὶ γλυκὺ, παχὺ καὶ πάνυ λιπαρὸν καὶ οὐχὶ πολὺ εὐστόμαχον. Τὸ αἴγειον προτιμώτερον. Ταῦτα πρέπει γνωρίζειν οἱ τὰ νήπια τρέφοντες.

Τὸ ζῶον τὸ παράγον τὸ γάλα δέον νὰ εἶνε ὑγιεὲς καὶ νὰ τρέφηται καλῶς.

Ὁ Διοσκουρίδης (β. 91) λέγει ὅτι γίνεται τὸ βούτυρον ἐν ἀγγείοις κινουμένου τοῦ γάλακτος καὶ χωριζομένου τοῦ λίπους. μίχθον δὲ μέλιτι καὶ παρατριφθὲν ὀδοντιάσεις ὠφελεῖ καὶ τοὺς τῶν οὐλῶν ὀδαξισμοὺς ἐπὶ παιδίων καὶ ἀφθίας ἰξ.

Ἐπὶ τῆς ἐποχῆς τοῦ Διοσκουρίδου τὸ βούτυρον ἐτίθετο εἰς φαγητὰ καὶ πίττας ἀντι τοῦ νεαροῦ ἐλαίου.

Τὸ βούτυρον ἐπὶ ἀκμαζούσης Ἑλλάδος ἦτον ἀχρηστον πρὸς φαγητὰ.

Ἐπὶ Ἰακώθου ἐξήγαγον τὸ βούτυρον ἐκ τοῦ γάλακτος, τὸν δὲ τυρὸν ἠγνόουν.

Ὁ Πλούταρχος (ὕγ. παρ.) λέγει· «Ἑλλάκτι μὲν οὐχ ὡς ποτὸν χρηστέον, ἀλλ' ὡς αὐτίῳ δῖναμιν κατακτᾶ καὶ πολυτροφον ἔχοντι.»

Τὸ παχύτερον τῶν γαλάκτων ἔχει πλεῖον τυρὸν.

Τὸ γάλα τῶν μὴ ἀμφοδόντων πήγνυται, διὸ καὶ τυροποιεῖται· τῶν δὲ ἀμφοδόντων οὐ πήγνυται, ὡςπερ οὐδ' ἡ πιμελὴ εἰς βούτυρον· ἐστὶ τὸ γάλα τῶν ἀμφοδόντων λεπτόν καὶ γλυκὺ.

Τὸ λεπτότατον γάλα ἐστὶ τὸ τῆς καμήλου, δεύτερον τοῦ ἵππου, τρίτον τοῦ ὄνου, τέταρτον τῶν γυναικῶν, πέμπτον τῆς αἰγός κτλ. τὸ παχύτερον εἶνε τὸ βόειον (Ἀριστ. πζ.).

Τὸ γάλα οὐ πήγνυται διὰ τοῦ ψύχους, ἀλλὰ διορροῦται μᾶλλον ὑπὸ δὲ τοῦ πυρὸς πήγνυται καὶ παχύνεται μᾶλλον.

Ὁ ὄρρος τοῦ γάλακτος (τὸ τυρόγαλον) πινόμενος παράγει πάχος καὶ εὐσάρκειαν. Τὴν ἰδέαν ταύτην ἀναφέρει καὶ ὁ Ὅμηρος Ὀδ. β. 225.

«Ἐκαὶ κεν ὄρρον πίνων μεγάλην ἐπιγαυνέειθαι θεῖται».

Ἡ ἰδέα αὕτη ἐπικρατεῖ εἰσέτι παρὰ τῷ λαῷ· πίνουσιν ὄρρον κατὰ τὸν Μάιον μῆνα ὡς παχυντικὸν καὶ καθαρκτικὸν τοῦ αἵματος· παχύνονται οἱ μῆροι πρὸς τὰ ἄνω τοῦ γόνατος ὑπὲρ τὴν

ἐπιγονατίδα, ἐνθα ἐξογκοῦνται ἐκ τοῦ πάχους καὶ γίνεται πτυ-
χίς. Τοῦτο καλεῖται ἐπιγονυῖς.

Ἡ ἐπιγονυῖς δὲ καλεῖται καὶ τὸ στρογγύλον καὶ πεπιασμέ-
νον ὄξυον, τὸ κείμενον ἐπὶ τῆς ἐμπροσθείου ἀφρώσεως τοῦ γόνατος.



Τὸ ἔλαιον ὡς καὶ πᾶσα ἐλαιώδης ὕλη δὲν εἶνε θρεπτικόν,
ἀλλὰ παράγει ζωικὴν θερμότητά. Ἔϊνε μαλακτικόν, προφυλάττει
τὸ σῶμα ἐκ τῆς περιψύξεως· διὰ τοῦτο οἱ ἀρχαῖοι ἠλείφοντο ἐλαίῳ,
ὡς ἐν τῷ βαπτίζεσθαι ἐκκλησιαστικῶς προαίρεται τὸ σῶμα ἐ-
λαίῳ· ἐπαλειφόμενον καθίστησι προσέτι τὸ σῶμα ἐτοιμότερον εἰς
τὰς ἐνεργείας.

Τὸ ἔλαιον καὶ τὸν κηρὸν λευκαίνει ὁ ἥλιος, ὅστις ἄμφω
μελαίνει τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου. (Ἀριστ. πρβ.)

Τὸ ἔλαιόν ἐστὶ πάχνακον εἰς ὅλα τὰ φυτὰ καὶ εἰς τὰς τρι-
χας τῶν ἄλλων ζῴων, πλὴν τὰς τοῦ ἀνθρώπου τρίχας, τὰς ὁ-
ποίας τρέφει καὶ λειώνει· ἰδίως πρὸς τοῦτο ἐστὶ τὸ ἔλαιον τῶν
λαπτοκαρῶν (φουντουκίων).

Κατὰ Διοκουρίδην ὁ νεαρὸς τυρῆϊς ἀνευ ἔλατος ἐσθιόμενος
θρεπτικὸς ἐστὶ καὶ εὐστύμαχος καὶ αὐξεὶ τὴν σάρκα· ὁ δὲ
νεαλὶς (νεοκαλατισμένος) θρεπτικώτερος· ὁ δὲ παλαιώτερος δυσ-
κολίως ἐστίν.

Ὁ Ὀριβῆσιος θεωρεῖ προτιμότερον τὸν αἰγίον τυρὸν.

Ὁ Γαλῆνος λέγει ὅτι ὁ μαλακὸς καὶ νέος τυρὸς ἐστὶ μάλ-
λον φυσιώδης τοῦ ξηροῦ καὶ ὀλιγώτερον ἰσχναίνει. Ὁ ξηρὸς ἐστὶ
ρυπτικὸς καὶ διψιῶδης· ἐπιφέρει πύρωσιν μετὰ τὸ φαγητόν. Ἡ πύ-
ρωσις αὕτη παύει, ἂν κοιμᾶται ἐκ πάσχων ἐπὶ τοῦ ἀριστεροῦ πλευροῦ.

Ἐὰν τὸ ταριχευτὸν ἔδεσμα (φαγητόν) βρέχηται, ἐν ἄλλῃ
γίνεται γλυκύτερον (Πλουτ.)

Τὸ ἄλας παύει τὴν αἰμωδίαν· ὡσαύτως καὶ ἡ ἀνδράχνη
(ἡ ἀνδράκλα).

Τὸ ἔλας ξηραίνόμενον γίνεται πικρὸν· τὸ ἀλμυρὸν ὕδωρ
τῆσαι χαγύτερον τὸ ἄλας.

Αἱ ἐλαῖαι ἐσθιόμεναι διαλύουσι τὸν χάρματον (κόπον τοῦ σώ-
ματος). Ἐκλιῶς οὖν ποιοῦσι οἱ ἐργάται τρώγοντες ἔλας.

Ὅταν ὁ Λάργος ὁ τῆς Αἰγύπτου ἀρχὸν ἐξασπράτευσεν ἐπὶ
τὴν ἑβδαίμονα Ἀραβίαν, πολλοὶ ἐγένοντο ἠλιόβλητοι, ὅστινες
ἐθεραπεύοντο διὰ ἐλαίου μεμιγμένου μετὰ οἴνου.

Τὸ ἔλαιον πινόμενον ἐν μεγάλῃ ποσότητι εἶνε καθαρτικόν.

Ἐν μετρίᾳ εἶνε προφυλακτικόν κατὰ τῶν ἐπιδημιῶν καὶ
ἀντιφάρμακον κατὰ δηλητηρίων.

Ὁ Ἀριστοτέλης λέγει ὅτι τὸ ἄλας παρέχει τοὺς λύχνους
βέλτιον καιομένους προστιθέμενον τῷ ἐλαίῳ.

Τὸ δὲ θαλάττιον ὕδωρ ῥιπτόμενον πρὸς κατάσβεσιν τοῦ πυ-
ρὸς ἀβξάνει τὴν φλόγα. Ἐν πυρκαϊᾷ οὐ χρὴ ῥίπτειν θαλάσσιον
ὕδωρ.

Οἱ ποιμένες λέγουσιν ὅτι τὸ ἄλας ἐπιφέρει ἔκτρωσιν εἰς τὰς
αἴγας.

Τὸ ἄλας ἐσθιόμενον παρὰ τῶν ὀρνίθων ἐπιφέρει ἀποβολὴν
τῶν ὠόν.

Τὸ μέλι ἔχει διάφορον γεῦσιν καὶ ὁσμὴν καὶ διάφορον σύ-
στασιν καὶ ἐνεργείαν κατὰ τὸν τόπον τῆς παραγωγῆς του· τὸ ἐκ
κουμαριῶν εἶνε στερεόν καὶ πικρὸν. Τὸ πάλαι ὑπῆρχε πικρὸν τὸ
ἐν Σαρδηνίᾳ, διότι αἱ μέλισσαι ἐνέμνοντο ἐπ' ἀψινθίου.

Τὸ μέλι μετὰ τοῦ ἐλαίου καθίσταται ὀλιγώτερον γλυκόν.

Τὰ γλυκὰ ὅταν ὄσι θερμά, φαίνονται ὀλιγώτερον γλυκὰ
παρ' ὅταν ψυχρανθῶσιν (Ἀριστ. πρβ.).

Ὁ Ἴπποκράτης λέγει (ἀφ. Β.) ὅτι ὅσοι τὴν νύκτα διψῶσι
πολύ οὗτοι ἂν κοιμηθῶσιν ἀπαλλάσσονται τῆς δίψης. Ἦς δὲ τοὺς
νοσοῦντας ἐστὶ ἀγαθὸν σημεῖον.

Ὁ αὐτὸς λέγει ὅτι ἡ πύξις καταπαύει τὴν δίψαν.

Ὁ δὲ Ἀριστοτέλης λέγει ὅτι καὶ ἡ πόσις οἴνου παραύει καὶ
καταπαύει τὴν δίψαν (πρβλ.)

Οἱ οἴνοπόται δὲν πίνουσιν ὕδωρ, ὅπερ καὶ ἀποστρέφονται.

Ἐπὶ 30 ἔτη οἴνοπότης οὐδέποτε ἐπιεν ὕδωρ.

Ἐὰν οἱ πάσχοντες ἐκ περιπνευμονίας καὶ οἱ μανιακοὶ δι-
ψῶντες ποθοῦσι πίνειν ὕδωρ σημεῖον σωτηρίας ἐστίν.

Οἱ δὲ θαλασσοπαροῦντες ἐὰν στερεῶνται ὕδατος καὶ διψῶσιν,
ἐὰν τὰ ἐνδύματά των ἐμβραχῶσι διὰ θαλασσοῦ ὕδατος, ἡ δίψα
τῶν μετρίζεται καὶ ἐνίοτε παύει· διότι τὸ καθαρὸν ὕδωρ ἀπορρο-
φᾶται παρὰ τῶν πόρων τοῦ δέρματος.

Ὁ Ἴπποκράτης λέγει ὅτι εὐκαλιώτερον εἶνε νὰ χορτάσῃ τις
ἐξ ὕδατος παρὰ ἐκ φαγητοῦ.

Ὀλιγώτερον ὑποφέρουσι τὴν πείναν παρὰ τὴν δίψαν. Λέ-
γουσιν ὅτι ὁ Ἀργεῖος Ἀνδρῶν διερχόμενος τὰς ἀμμώδεις ἐρήμους
τῆς Ἀφρικῆς οὐδέποτε ἐπιεν ὕδωρ ἢ ἄλλο ὑγρὸν.

Ὁ Ἀριστοτέλης λέγει ὅτι τὸ μέλι διατηρεῖ τὸν αὐτὸν διγ-

κον ἐν πάσῃ θερμοκρασίᾳ, ἐν ἢ τὸ ὕδωρ καὶ τὰ ἄλλα ὑγρά μεταβάλλουσι τοῦτον. Θερμὰ ὄντα ἔχουσι μείζονα ὄγκον ἢ ψυχρά. (Θαυμ. ἀκ.).

Τὸ μέλι ἔχει διάφορον ἰδιότητα κατὰ τὸν τόπον ἐνθα γίνονται, καὶ κατὰ τὰ ἀνθή ἐνθα αἱ μέλισσαι συλλέγουσι τὸ μέλι ἐν τῇ Ποντικῇ Ἡρακλείᾳ ἐγένετο μέλι ἐπιφέρων ἐφιδρώσιν, καὶ κινουῦν πταρμούς. Ἐν Ἰταλίᾳ γίνονται μέλι ἀπὸ τῶν ἀνθῶν τοῦ πιζοῦ, τὸ ὅποιον εἶνε βαρύτερον καὶ εἰσφέρει διατάραξιν φρενῶν εἰς τοὺς ὑγιεῖς, τοὺς δὲ ἐπιληπτικούς θεραπεύει (Ἀριστ. ὁκ. θαυλ.).

Ὁ Διοσκουρίδης λέγει ὅτι τὸ ἀριστον μέλι εἶνε τὸ τῆς Ἀττικῆς καὶ τοῦτον τὸ τοῦ Ἰμνίου. Ἔτιτα ἔρχεται τὸ τῶν Κυκλάδων νήσων καὶ τῆς Σικελίας, τὸ Ἰθλαῖον καλούμενον, τὸ ὅποιον εἶνε εὐωδέτερον καὶ ὑπόξανθον, ὄχι ὑγρὸν, βρῦ τὸν ὄγκον, καὶ τονικὸν (εὐτονον).

Τὸ ὀμὸν μέλι εἶνε φυταποῖον καὶ προξενεῖ βήχα· διὰ τοῦτο καλὸν εἶνε χρῆσθαι ἐξαρισμένον.

Τὸ βέλτιον μέλι εἶνε τὸ ἐαρινόν, εἶτα τὸ θερινόν, τὸ δὲ χειμερινόν ἐστὶ μὲν παχύτερον, ἀλλὰ χειρότερον.

Ὁ Πλούταρχος λέγει (Ἰσο. Ἰσορ.) ὅτι τὸ ὕδωρ τοῦ Νεῖλου ποταμοῦ τῆς Αἰγύπτου παχύνει καὶ παράγει πολυσαρκίαν πινόμενον.

Οἱ ὑδροπότοι (οἱ πίνοντες πολὺ ὕδωρ) ὡς ἐπὶ τὸ πλείστον παχύνονται, ὅπερ καὶ οἱ Ἀσιανοὶ ἐπίστανται, ἵνα παχύνωσιν οἱ ἴσπαι διεγείρουσι τὴν δίψαν τῶν ἴσπων παραθέτοντες ἐπὶ τῆς φάτης αὐτῶν τεμάχιον δοκεῖτον ἁλατος, ὅπερ γλύφοντες οἱ ἴσπαι διψῶσι καὶ πίνουσι πολὺ ὕδωρ. Διὰ τοῦτο ὅσοι πίνουσι ὀλίγον ὕδωρ καθίστανται ὀλίγον παχείς, ἐὰν μὴ πάσχωσιν ἐκ πάθους. Οἱ δὲ φυσικονιώντες (οἱ παχείς) θεραπεύονται, ἐὰν μὴ πῖωσι πολὺ ὕδωρ καθάπερ καὶ οἱ ὑδροπικιώντες.

Ὁ Ἀριστοτέλης λέγει ὅτι ἦταν τις πάσχη ἀπὸ πυρετῶν, δοτέον πίνειν ὕδωρ συχνάκις καὶ ὀλίγον.

Διψῶσιν οἱ φοβούμενοι, οἱ θυμωμένοι, οἱ νενηκήμενοι, οἱ φεύγοντες, οἱ ἀγωνιῶντες καὶ οἱ μέλλοντες νὰ τιμωρηθῶσι, πάντες γίνονται ὄχρη (Ἀριστ. πρ.).

Οἱ ἀρχαῖοι ἠγόουν τὴν ζάχαριν, ἀντὶ ταύτης καὶ τοῦ μέλιτος εἶχον τὸ ἐφαμένον γλοῦκος, ὅπερ ἐκαλεῖτο παρὰ μὲν τοῖς Ἀσianoῖς Ἰβλήσιν Ἰψήμα ὡς φασὶν ὁ Γαλιένος, Σίρατον παρὰ τοῖς Ἀττικοῖς, ἐξ οὗ ἡ λέξις Σιερῶπειον κοινότερον ἐκαλεῖτο γλυκὺ.

Παρὰ τοῖς Ῥωμαίοις εἶχε διάφορα ὀνόματα κατὰ τὸν βαθμὸν τῆς πυκνότητος αὐτοῦ. Ἐκαλεῖτο Σούπα (Sura), ἤνικα ἔψεν τὸ τρίτον. Δεφρούτον (Dofrutun), ἤνικα τὸ ἦμισυ (Πλάγιος 23).

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΛΥΣΙΝ.

Τὸ ὄν εἶνε ζῶον ἢ ζῴοφυτον ἢ σπόρος ;

Ὁ σπόρος εἶνε φυτὸν ἢ ἄλλο τι ;

Ἄμφότερα ἔχουσι ζῶην.

Τὰ ὑπὸ τὸ δέρμα τοῦ ἀνθρώπου παραγόμενα λιπώματα, σαρκώματα, καρκίνος κλπ. εἰσὶ ζῶα αὐτόζωα ἢ ἄλλο τι ;

Ὁ ἄρτος τριωγόμενος μόνος ἀνευ ὄψου (προσφαγίου) ἐπιφέρει βλάβας εἰς τὰ ἔντερα· διότι ἐγκαταλείπει ἐπιχρισμα ἀλευρώδες ἐπὶ τῆς ἐπιφανείας τῶν λεπτῶν ἐντέρων, τὸ ὅποιον ἐπαναλαμβανόμενον διὰ νέας βρώσεως ἄρτου καθίσταται παχὺ καὶ ἐμποδίζει τὰς περισταλτικὰς κινήσεις τῶν ἐντέρων.

Οἱ χωρικοί ἐκ παραδόσεως γνωρίζουσι τοῦτο καὶ οὐδέποτε τρώγουσιν ἄπλοῦν ἄρτον ἀνευ ὄψου, ὅπερ τὸ εὐνηθεῖ παρ' αὐτοῖς εἶνε ὁ τυρός, τὸ κρήμμυρον, τὸ πράσον, τὸ ἀκάρθον κλπ. Διὰ τοῦτο ἀπαγορεύουσιν οἱ γονεῖς αὐστηρῶς τὴν βρώσιν μόνου ἄρτου εἰς τὰ παιδία.

Ἐν γένει εἰπεῖν ὁ ἄρτος δὲν πρέπει νὰ τρώγεται μόνος ἀνευ ὄψου.

ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

Ἐκκαταπότια πρὸς Θεραπείαν ἀσφαλῆ τῶν παθήσεων τοῦ στομάχου, τοῦ ἥπατος καὶ τοῦ σπληνός.

Λ. Θεικῆς κινίνης κόκκους 30

Θεικοῦ σιδήρου » 30

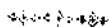
Μίξον ἐν ἑλαίῳ ὑαλίῳ ἢ πηλίῳ τριβίον διὰ τοῦ ἰπέρου μέ-

Χρησιμὸν ἐνὸς ἀμφότερα καὶ παραχρῆσθαι χρώμα κίτρινον πόνειτα πρόσθετος

Κόκκους ἀλόης	κόκκους 15
» Γίνζιθέρας (πιπερόριζας)	» 30
» Βαχυλίσηματος βρεβεντίου	» 30

μ. π. καταπόσιον 30.

Χρήσις: Ἄνα ἐν πρωτῇ νύκτι καὶ ἐσπέρας ἐν ὄρα ὕπνου.



Πατρικῶν ὑγρῶν πρὸς ἐξωτερικὴν χρῆσιν.

Α. βάμματος πιπέρας μαύρου δρ. 40
ὕδατος κίτου κάκ. 30
μ. π.

Χρήσις: Λάβε μιστὴν ἐν τῷ γάλακτι (κόκκον τῆς χούφτας τῆς χειρὸς) καὶ ἐπάλειψε ἐλαφρῶς τὰ ὑποχόνδρια πρωτῇ καὶ ἐσπέρας, ὅταν γίνεται χρῆσις τῶν καταποτίων.

Δείματα

* Ἄπεχε τοῦ γάλακτος, τῶν ἀλιπῶν καὶ τῆς πόσεως ἀνοπνευματωδῶν ποτῶν, πλὴν τοῦ οἴνου τοῦ ρητινίου καλῆς ποιότητος πίνων ἐν ὄρα φαγητοῦ 50 ἕως 100 δρ.

* Ἄπεχε πόσεως οἴνου ἐκτὸς τοῦ φαγητοῦ, καὶ βρώσεως λαχάνων, σπέρτων καὶ ἰχθύων.

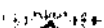
Ἐπίσης κρέας σπέρτων, ὅπως ἀλάτιζε ἐν ὄρα βρώσεως κρέας βραστὸν μετὰ χαιδρωπῶν, μολιτζάνων, παμίλων, καλοκονθίδων κλπ.

Ἐπιθεώρησις

Ἐπίσης κατὰ τὴν ὄραν τοῦ ἔτους τὰ εὐπεπτα.



ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΝΟΣΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ



Περὶ αἰμορροϊκῆς ὑπεραιμίας.

Προέρχεται αὕτη ἐκ τῆς ὑπὲρ τὸ δέον συσσωρεύσεως αἱμα-

τος εἰς τὰ τριχοειδῆ φλεβικὰ ἄγγεα τοῦ πρωκτοῦ, ὁ ὁποῖος καλεῖται καὶ ἀφεδρῶν καὶ πυγῆ, τὰ ὅποια κείνται ὑπεράνω καὶ πλησίον τοῦ σφιγκτήρος τοῦ πρωκτοῦ, πλεῖστα ὄντα τὸν ἀριθμὸν.

Δύο εἰδῶν ἐστὶ ὑπεραιμία σθενικῆ ἥτις προέρχεται ἐξ ἐπαυξήσεως τῆς ζωικῆς δυνάμεως, καὶ ἀσθενικῆ (ἀτομικῆ), ἀποτελουμένη ἐξ ἀσθενείας καὶ χαλαρώσεως τῶν ἄγγεων.

Ἐπιθεώρησις ἐν γένει καλεῖται ἰατρικῶς ἡ περισσώτερον τοῦ δέοντος συσσωρεύσεως αἵματος εἰς τι ὄργανον τοῦ σώματος, ἥτις καλεῖται καὶ πληθώρα.

Κατὰ τὸν Ἀνδρέαν, ὅστις πρῶτος εἰσήγαγε τὴν λέξιν ταύτην εἰς τὴν ἰατρικὴν ὀνοματολογίαν, ἡ ὑπεραιμία εἶνε ὁ πρῶτος βαθμὸς, ἥτοι ἡ ἀρχὴ τῆς φλογώσεως. Ἐκ τῆς ἀρχῆς ταύτης ἐπιτετατὸς ὁ λόγος τῆς τοπικῆς ἐξαγωγῆς αἵματος, ἅμα ἀρχίζει φλόγισις τι. Πάντοτε ἡ συμφορήσις ἢ ἡ συσσωρεύσις αἵματος γίνεσθαι εἰς τὰ λεπτότατα καὶ τριχοειδῆ ἄγγεα ἀρτηρίας ἢ φλεβίας.

Περὶ τοῦ ὄρθου ἐντέρου καὶ τῶν αἰμορροϊκῶν ὀργάνων.

Ἄγγεα ἀνατομικῶς καλοῦνται σιωλήνες τοῦ σώματος, ἐνθα κυκλοφορεῖ αἷμα ἢ ἄλλο τι ὑγρὸν. Αἱ φλέβες λοιπὸν καὶ αἱ ἀρτηρίαι εἰσὶν ἄγγεα. Τὸ τελευταῖον μέρος τῶν ἐντέρων, τὸ ἐπιτετατὸν τελειώνει πρὸς τὸν ἀφεδρῶνα καλεῖται ὄρθον ἐντερον ἢ ἀπαυθυσμένον ἢ ἀρχὴ. Τὸ ἄνω μέρος τοῦ ἐντέρου τούτου συνέχεται μετὰ τῆς σιγμοειδοῦς εσοφῆς τοῦ κώλου ἐντέρου τοῦ καὶ ἰεκοῦ κώλου· τὸ δὲ κάτω ἄκρον ἀποτελεῖ τὸν πρωκτόν. Τὸ ὄρθον τοῦτο ἐντερον δέχεται τὰς κοπρωτικὰς ὕλας, αἵτινες συσσωρεύονται ἐν αὐτῷ μέχρι οὗ γίνεσι ἡ ἐκκόπρωσις. Ἡ ἐπιτετατὴ ἐπιφάνεια αὐτοῦ εἶνε κεκαλυμμένη μετὰ τὴν βλενομεμβράνην, ἥτις ἔχει κατὰ τὸ πρὸς τὸν πρωκτὸν ἄκρον βυτίδας παραλλήλους ἐπιμήκει, εἶνε πυχὴ τῆς βλενομεμβράνης καὶ περικαλύπτεται ἀπὸ ἀρτηρίας καὶ φλέβας, αἵτινες καλοῦνται αἰμορροϊκαὶ καὶ διακλαθεύονται εἰς λεπτοτάτους κλάδους, αἵτινες καλοῦνται τριχοειδῆ αἰμορροϊκὰ ἄγγεα, τὰ ὅποια περικαλύπτουσιν ὅλον τὸ ὄρθον ἐντερον καὶ ἰδίως τὸ πρὸς τὸν ἀφεδρῶνα μέρος.

Ἐπὶ τὰ ἄγγεα ταῦτα συσσωρεύεται αἷμα περισσώτερον τοῦ συνήθους καὶ ἀποτελεῖται ἡ ὑπεραιμία τοῦ ὄρθου ἐντέρου, ἐξ ἧς

έξογκοῦνται τὰ φλεβίδια, τὸ ὅποιον ἀποτελλοῦσι τὴν αἰμοροακὴν ὑπεραιμία.

Τὸ μᾶλλον συχνότερον ἐπιφέρων αἷτιον τὸ πάθος τοῦτο εἶνε ἡ γενικὴ πληθώρα (πανυπεραιμία). (Ἀκολουθεῖ)



ΥΓΙΕΙΑ ἢ ΓΕΩΡΓΙΚΗ

Περὶ ἀγροναπαύσεως.

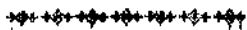
Καθ' ἅπερ τὰ ζῶα κουράζονται ἐκ τῆς βρώσεως τῆς αὐτῆς πάντοτε τροφῆς, ἀδυνατοῦσι καὶ δὲν δύνανται καλῶς νὰ ἐργάζωνται· οὐ γὰρ καὶ ἡ γῆ κουράζεται καὶ ἀδυνατεῖ ἐκ τῆς σπορᾶς τοῦ αὐτοῦ εἶδους καὶ δὲν παράγει ἀναλόγους καρπούς· διὰ τοῦτο οἱ γεωργοὶ ἀφ' οὗ τοὺς σπείρωσι 3 ἢ 4 ἔτη κατὰ συνέχειαν ἐν εἶδος σπαρτοῦ, οἷον σίτον, τοὺς ἀφήνουν ἀσπάρτους ἐν ἔτος καὶ ἡ γῆ ἀναλαμβάνει δυνάμεις, ἀφ' οὗ ἐπὶ ἔτος ἀναπαυθῆ. Τότε πάλιν τὸν σπείρουσι σίτον.

Σπείρονται δὲ οἱ δημητριακοὶ καρποὶ κατὰ δύο ἐποχάς· κατὰ τὸν Ἰούλιον, Ὀκτωβρίον, Ἐβρίον καὶ καλοῦνται πρῶτοι, καὶ κατὰ τὸν Μάρτιον καὶ Ἀπρίλιον καὶ καλοῦνται ὕψιστοι.

Περὶ ἀποξηράνσεως τῶν ἐν τοῖς ἀγροῦς λιμναζόντων ὑδάτων, οἷ καὶ βαρικῶν καλούμενοι.

Ἐν τοῖς τοιοῦτοις οὐ καλῶς ἡ σπορὰ εὐδοκίμει καὶ οἱ καρποὶ οὐ παρέχουσιν ἀρμόδιαν θρεπτικὴν ὕλην, ἀλλὰ καὶ μεγάλως βλάπτουσι τὴν ὑγίειαν, διότι παράγουσι μύκηματα ἐλώδη καὶ ἐπιφέρουσι διαλείποντας πυρετούς.

Πρὸς ἀποφυγὴν τῶν βλαβῶν τούτων πρέπει περὶ τοῦ ἀγροῦ νὰ ἀναίγωνται βαθεῖς χάνδακες καὶ ἄλλοι ὀλιγώτερον βαθεῖς ἐν τῆς τοῦ ἀγροῦ, ἵνα βέβησι τὰ ὕδατα ἐντός. Οἱ χάνδακες πρέπει νὰ ἀπολήγουν εἰς τὸ χαμηλότερον μέρος τοῦ ἀγροῦ.



Περὶ γαιῶν πεφυτευμένων καὶ γεωργησίμων.

Εἰς δύο εἶδη διακρίνονται αἱ γαῖαι εἰς γεωργησίμους καὶ εἰς πεφυτευμένας. Γεωργησίμοι εἰσὶν αἱ ἐπὶ ἔτος σπείρόμεναι ἐκ δημητριακῶν καρπῶν, ἢ χαιδρωπῶν, ἢ ὄσπριων, βαμβάκων, καπνοῦ, ἀραβοσίτου, λιναρίου, γεωμήλων κλπ. Πεφυτευμένα εἰς ἔχουσαι δένδρα καρποφόρα μωρῆς, ἐλαίας, ἀμπέλου κλπ.

Ἐκαστον εἶδος τῶν δένδρων τούτων ἐπηρεάζει πολὺ εἰς τὴν ὑγίειαν τῶν ἀνθρώπων καὶ τῶν ζῴων. Τὰ φύλλα τῶν μωρῶν τῶν πεφυτευμένων εἰς ὑγροῦς ἀγροῦς παράγουσι νόσον εἰς τὰ κοιλιά (τοὺς βόμβηκας) κλπ. Αἱ ἐλαίαι καὶ αἱ ἀμπέλοι καὶ αἱ ἀναδενδρίδες (κλιματάρια) παράγουσι ὑγίειαν ὡσαύτως καὶ αἱ λεμοναῖαι, πορτοκαλαῖαι καὶ τὰ ἄλλα ὅμοια τοῖτοις, διότι παράγουσι ἀτμούς καταστρέφοντας τὰ μύκηματα ὡσαύτως καὶ αἱ φουντουκαῖαι, αἱ ῥοδιαὶ κλπ.

Περὶ φυτεύσεως ἀμπέλου.

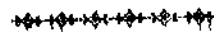
Πρὶν φυτεῦθῆ ἡ ἀμπέλος πρέπει δις νὰ ὀργωθῆ ὁ ἀγρὸς ὁσον οἷόν τε βαθύτερον. Νὰ ἀνοιχθῶσιν οἱ λάκκοι πρῶτως ἵνα ποτισθῶσι καλῶς ἐκ τοῦ βροχίνου ὕδατος, ὃ δὲ φυτὸς νὰ εἶνε ἐκ φυτωρίου ἀμπέλου σπειρομένου πρὸ ἔτων καὶ νὰ ληφθῶσι μετὰ τῶν ριζῶν· διότι ἡ τοιαύτη ἀμπέλος ἐπιτυγχάνει καλῶς καὶ καρποφορεῖ τὸ δεύτερον ἔτος, τὸ φύτευμα κλάδων εἶνε ἐπιφαλές καὶ παρέχει καρπούς κατὰ τὸ τέταρτον ἔτος.

Ἡ φυτεία πρέπει νὰ γίνηται εἰς μὲν τοὺς ἔρηρους καὶ θερμοὺς ἀγροῦς κατὰ τὸν Νοέμβριον καὶ Δεκέμβριον καὶ νὰ καλύπτονται διὰ γῆς τὰ κλήματα, ἵνα μὴ προσβάλλωνται ἐκ τοῦ ψύχους τοῦ χειμῶνος· εἰς δὲ τοὺς μὴ ἔρηρους νὰ γίνηται τὸν Μάρτιον καὶ Ἀπρίλιον καὶ νὰ ἀποκαλύπτονται ταῦτα τὸν Μάϊον.

Ἐντός τοῦ φυτευμένου οὐδὲν ἄλλο φυτὸν νὰ σπείρηται.

Τὰ κλήματα τῆς ἀμπέλου εἰσὶ τριῶν εἰδῶν· χαμηλὰ (χαμηλαῖα) τῶν τοιοῦτων οἱ κλάδοι ἔρπουσι ἐπὶ τῆς γῆς καὶ αἱ σταφυλαὶ φαῦσαι ταύτην· εἰς ὑπέργεια, ὧν ἔ κορυφὸς ἔχει ὕψος δύο ποδῶν, τὰ δὲ κλήματα οὐ φαῦσαι τὴν γῆν καὶ εἰς τὰ τῶν κληματάρων (ἀναδενδρίδων), ὑποστηριζομένων τῶν κλάδων ἐπὶ πασσάλων ὡς γίνεται εἰς τὰς σταφίδας καὶ ἀναδενδρίδας.

Τὰ χαμηλαῖα κλήματα εἶνε ἀναρμόδια εἰς ἀγροῦς ὑγροῦς, διότι αἱ σταφυλαὶ δὲν ὀρμαῖζουσι καλῶς καὶ παράγουσι οἶνον βλαβερὸν εἰς τὴν ὑγίειαν.



ΠΑΝΤΟΙΑ ΟΥΜΑΡΗ



Τίτλοι βασιλικοί.

Ὁ μέγας Κομνηνός, ὁ καὶ ἅγιος ἐπικληθεὶς, πρῶτος ἔδωκε τίτλους εἰς διαφόρους ὑπηρεσίας. Μετὰ τοῦτον ὁ Ἀλέξιος ὁ Κομνηνός ὄρισε διαφόρους τίτλους εἰς τοὺς βασιλεῖς.

Αὐτοκράτωρ εἶνε ὕψιστος τίτλος τοῦ βασιλέως.

Καίσαρ ἢ Αὐγουατος ὁ καὶ **Σεβαστός** καλούμενος εἶνε δεύτερος τίτλος.

Σεβαστοκράτωρ εἶνε ὑπὸ τὸν δεύτερον τίτλον.

Κανυπερσέβαστος εἶνε μικρότερος τοῦ Σεβαστοκράτορος.

Ἡρωτοσεβαστος ἔπεται τοῦ ῥηθέντος.

Ἡ δὲ Ἄννα θυγάτηρ τοῦ Ἀλεξίου ἔδωκεν εἰς τὸν πατέρα τῆς τὸν τίτλον **Ἡρωτοσεβαστου**.

Δεσπότης ἰκαλεῖτο ὁ ἀδελφός τοῦ Αὐτοκράτορος καὶ ἐνίοτε καὶ ὁ συγγενής.

Πάντες ὅμως οἱ βυζαντινοὶ βασιλεῖς ἐκαλοῦντο Αὐτοκράτορες. Ὁ Ἑλληνικὸς λαὸς τοὺς ἐκάλει Βασιλεῖς.



Καιρὸν γνῶθε.

Ἐξὸς γὰρ

ἤτοι μὴ ἄφινε νὰ παρέλθῃ ἡ τυχούσα εὐκαιρία πρὸς ἐνδιαφέρουσαν ὑπόθεσιν, διότι αὕτη παρέρχεται ἀγαπιστρεπτεῖς,

Χρόνου φεῖθε.

Ἐκαστον πράγμα θέτε εἰς τὴν ἰδίαν του ὄλειν, ἐξ ἧς πρὸς χρῆσιν τὸ ἀφήρασαι. Θέεσ ἀλλοίως τοῦτο ἀμέσως εἰς τὴν ἰδίαν αὐτοῦ θέσιν, διότι ἐάν ἀλλαγῇ τὸ θέσης δαπανήσῃ χρόνον αὐθὺς πρὸς τὸ θέτειν ἐπὶ τῆς ἰδίας θέσεως, ὁ δὲ χρόνος εἶνε πολυτίμος, διότι παρέρχεται καὶ πλέον δὲν ἐπανέρχεται.

Μὴ ἀφηνε τὸν χρόνον νὰ παρέρχηται ματαίως· ἀλλὰ ποιεὶ χρῆσιν ἐπιφελῶς εἴτε δι' ἐργασίας εἴτε δι' ἀναγνώσεως καὶ ἐπιφελοῦς μελέτης. (Ὡτω καθίστασαι πλούσιος καὶ πνευματικῶς καὶ ὕλικῶς.



ΜΥΣΤΗΡΙΩΔΗΣ ΔΥΝΑΜΙΣ.

Τὰ διδόμενα τῆς ἐν τῷ ἀνθρώπῳ ὑπάρξεως Θείας τινος δυνάμεως, καταφανομένης εἰς τινας, ἦν ὁ Θεὸς ἐνεφύσησε τῷ ἀνθρώπῳ, ἐπιθεβαίνοντα διὰ τοῦ ζωϊκοῦ ἠλεκτριζμοῦ. Ἀντελήφθην νεάνιδα ῥῆτῶν ἡλικίας εἴρωστον, ἦτις ἐκ τοῦ σώματος καὶ ἰδίως ἐκ τῆς κοιλίας εἶχε δύναμιν ἐλξεως καὶ ἀπωθήσεως ἐλαφρῶν σωμάτων οἷον χρυσοῦν μετάξης κλπ.

Ἐν Παρισίοις δύο νεάνιδες ἐκ Σμύρνης εἶχον τοσαύτην ἀποκραυστικὴν δύναμιν ὥστε τὰ ἐγγύς σώματα ἀπεκρούοντο τοσοῦτον σφοδρῶς ὥστε ἐθραύοντο. Τοῦτο ἐβεβαιώθη παρὰ τῆς Ἀκαδημίας τῶν Παρισίων.

Αἱ ὄψασαι τοιαύτην σχετικὴν δύναμιν ἔχουσι. Γίνονται αἱ ὄψασαι δταν ὁ ἀνθρώπος εὐρίσκεται μεταξὺ ὕπνου καὶ ἐγρηγορήσεως.

Αἱ προγνώσεις τοιαύτην πηγὴν ἔχουσι.



ΠΕΡΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΑΝΑΤΡΟΦΗΣ

Ἡ οἰκογενειακὴ ἀνατροφή ἀποτελεῖ τὰ ὁσά τῆς κοινωνίας. Συνίσταται αὕτη ἐκ τῆς μικρόθεν ἀνατροφῆς τῶν τέκνων παρὰ τῶν γονέων, οἵτινες συνήθως ἀγνοοῦσι ταύτην· ἀλλ' ὅτι ἀγνοοῦσι οὐ δύναται διδάξαι· δύναται ὅμως μαθεῖν διὰ τῶν παρατηρήσεων ἄλλων ἐχόντων ἀνατροφήν, ἐάν ὁ ἐφιέμενος ἔχῃ νοῦν καὶ εἶνε φιλομαθὴς καὶ ἐπίθυμῃ τὴν βελτίωσίν του.

Τούτων οὕτως ἐχόντων, οἱ συνέται γονεῖς, οἱ ἐπιθυμοῦντές νὰ εἰδῶσι τὰ τέκνα τῶν εὐτυχῆ, ὀφείλουσι μικρόθεν διδάσκειν τὸ τέκνον νὰ ὑπακούῃ εἰς τὴν διαταγὴν τῶν γονέων, καὶ πρὸς τοῦτο πρέπει νὰ κρατῶσι τὴν δύναμιν τοῦ φίλτρου αὐτῶν. Νὰ σκέπτονται ὅτι πρόκειται περὶ προκοπῆς τοῦ τέκνου.

Ὄφείλουσι μικρόθεν νὰ το ἐθίζωσι νὰ κινῆται νὰ μὴ μένη ἀργόν· καὶ ὀκνηρόν· νὰ ἐκτελῇ ἔργα κατὰ τὰς δυνάμεις τοῦ σώματος καὶ πνευματικῆς χωρὶς νὰ τὸ βιάζωσι βαναύσις· νὰ τὸ συνειθίσωσι εἰς τὴν καθαριότητα, δεικνύοντες ἀποστραφὴν εἰς ἀκάθαρτα ἐνδύματα, εἰς ἀκάθαρτα σκεῦῃ τροφῶν καὶ ποτῶν· νὰ τὸ συνειθίζωσι εἰς ὠρισμένον χρόνον πρὸς πᾶσαν ἐργασίαν.

Νὰ τὸ συνειθίζωσι εἰς τὴν χρηστοθήθειαν, ἀναγινώσκοντες τοιαῦτα θέματα, περὶ ἧν ὁ «Φοῖβος» καὶ τὰ σχετικὰ τοῦτου διαλαμβάνουσι.

Νὰ μὴ ἐβρίζωσι ἐνώπιον τοῦ τέκνου οὐδένα καὶ μέλισσα

άνωτέρους, αλλά να επαινῶσι τούτους διηγούμενοι καλὰς πράξεις και ἔργα ἐνδοξα.

Ὅταν τὸ σῶμα διὰ τῆς ἡλικίας ἐνδυναμῶσθαι νὰ τὸ διδάξωσι μουσικὴν εἰς ὄργανον κινητὸν και εὐμετακόμιστον, οἷον κιθάραν, βιολίον, μαντολίον κλπ. Τὸ ὅποιον νὰ παίξῃ μετὰ τὸ φαγητὸν ἐπὶ ὦραν, διότι τούτο συντελεῖ εἰς τὴν εὐπεψίαν και εὐθυμίαν και ὑγίειαν.

Νὰ τὸ συνειθίσωσι νὰ ἦνε χαρίεν και ὄχι σκυθρωπὸν, οὔτε θυμῶδες, διότι οὕτω πραΰνεται και καθίσταται γλυκὺ εἰς τοὺς τρώπους και ὀμιλίαν.

Νὰ τὸ διδάσχωσι γράμματα κλπ. κατ' ἀρχὰς κατ' οἶκον και κατόπιν εἰς σχολεῖον, νὰ μὴ τῷ ἐπιτρέπωσι τὴν συναναστραφὴν μετὰ παιδίων ἀσέμνων και ἀτάκτων.

Ἡ ΕΥΓΕΝΗΣ ΦΙΛΟΔΟΣΙΑ

τοῦ Στρατάρχου Γ. Καραϊσκάκη.

Ὁ Καραϊσκάκης κατήγετο ἐξ ἀφανοῦς οἰκογενείας· ἐλέγετο δὲ ὅτι ἦτον υἱὸς καλογραίας· ἦτον ὅμως μεγάλου πνεύματος, καιτοι ἀπαίδευτος· ἦτον ἀγαν φιλόπατρις, δραστήριος και ῥέκτικος, κατείχετο ὅμως ἐκ μεγάλης φιλοδοξίας. Ἡ τότε Κυβέρνησις ἐδιώρισε δύο στρατάρχας, τὸν Θ. Κολοκοτρώνην ἐν Πελοποννήσῳ και τὸν Γ. Καραϊσκάκην ἐν τῇ Στρεῖᾳ. Ἡ πολεμικὴ τέχνη και ἱκανότης τοῦ Καραϊσκάκη ἀνεγνωρίζετο και παρὰ τοῦ Θ. Κολοκοτρώνη, ὅστις ἐπεμψε τὸν υἱὸν του Γενναῖον ὑπὸ τὰς διαταγὰς τούτου, ἵνα γυμνασθῇ εἰς τὴν πολεμικὴν. Τὸν υἱὸν τούτον ἐσυνόδευεν ὁ Θεόδωρος Ρηγόπουλος βαπτιστικὸς τοῦ Θ. Κολοκοτρώνη, ἐγγράμματος, ὅστις ἦτο και γραμματεὺς τοῦ Γενναίου.

Κατὰ τὴν ἐποχὴν ἐκείνην ὁ στρατάρχης Γ. Καραϊσκάκης εὐρίσκειτο ὄντως εἰς τὴν ἀκμὴν τῆς δόξης του, και ἐπόθει ἀποθανεῖν· ἔλεγεν εἰς τὸν Θ. Ρηγόπουλον ἡ δόξα αὐτῆς δὲν θὰ διαρῃσῃ πολὺ, διότι τὰ πάντα ἔχουσιν ἀκμὴν και παρακμὴν· και ἐγὼ θὰ ὑποστῶ μετὰ τινὰ καιρὸν ἐλάττωσιν τῆς δόξης μου· διὰ τούτο ποθῶ ν' ἀποθάνω κατὰ τὴν παροῦσαν ἐποχὴν. Καὶ τῷ ὄντι μετὰ τινὰς ἡμέρας, γενομένης ἀψιμαχίας μετὰ τῶν Τούρκων, ἐπληγῶθη θανατηφόρως και ἀπέθανεν ἐν Σαλαμῖνι. Τὸν θάνατόν του ἐθρήνησεν ἅπανα ἡ Ἑλλάς.

Ὅταν εἰς Ναύπλιον ἦλθεν ἡ λυπηρὰ αὕτη εἰδήσις, ἀμέσως ἐκλείσαν πάντα τὰ ἔργαστήρια πρὸς ἐκφρασιν τῆς λύπης και κατῆφεια κατέλαβε πάντας.

Τὸ αὐτὸ ἐγένετο και ὅταν ὁ Θ. Κολοκοτρώνης κατεδικάσθη εἰς θάνατον παρὰ τῆς Ἀντιβασιλείας.

ΑΚΑΝΘΟΧΟΙΡΟΣ

(Σικαντζόχοιρος.)

Ἔχει ῥόγγος δὲ ὡς τοῦ χοίρου, οὐρὰν μικρὰν ἢ οὐδόλωσ, τὸ δὲ σῶμά του καλύπτεται ὅλον ὑπὸ ἀκανθῶν ἀντὶ νὰ ἔχη τρίχας.

Ὁ ἀκανθόχοιρος, ὅταν προσβάλληται ὑπὸ σκύλου ἢ ἄλλου τινὸς ζώου πράττει ὅ,τι ἡ χελώνη ἐν ὁμοίᾳ περιστάσει· συστέλλει τὴν κεφαλὴν του ἐντὸς τῶν ὤμων του, ἀποκρύπτει τὸ ἄκρον τῆς μικροσκοπικῆς οὐρᾶς του και σχηματίζεται εἰς σφαῖραν ἀκανθωτὴν· ὁ δὲ σκύλος κυλῖει διὰ τῶν ποδῶν του τὴν ζωντανὴν ταύτην σφαῖραν χωρὶς νὰ δύναται νὰ τὴν βλάψῃ, και διὰ τούτο ἀπομακρύνεται και ἀφίνει ἥσυχον τὸν μικρὸν ἐχθρὸν του. Ἄποτε και οὗτος τρέχει και κρύπτεται εἰς τὴν τρύπαν του. Συνήθως βλῆν τὴν ἡμέραν δὲν ἐξέρχεται, ἀλλὰ μόνον τὴν ἑσπέραν και τὸ πρωὶ πρὸ τῆς ἀνατολῆς τοῦ Ἡλίου. 24 ὥρας πρὸ τῆς πνοῆς τοῦ νοτίου ἀνέμου κλείει τὴν θύραν τῆς φωλεᾶς του και τὴν ἀνοίγει ὅταν ἦναι ἀίθρια.

Ἐνίστε ὁ ἀκανθόχοιρος ἀναρριχᾶται εἰς δένδρα καρποφόρα και τρώγει τοὺς καρπούς. Ἀγαπᾷ τὰ δαμάσκηνα, τὰ μήλα, τὰ ἀπίδια και τρώγει ἔντομα και ἄλλα ζῴρια ἐπιβλαβῆ, τοὺς κοχλίας και ἄλλα τινὰ και καθαρίζει τοὺς κήπους.

Ἄλλ' ἀφ' οὗ ἀναβῇ εἰς τὸ δένδρον, καταβαίνων συσπειροῦται, δηλαδὴ γίνεται σφαῖρα, και πίπτει κατὰ γῆς. Δὲν κτυπᾷ, διότι αἱ ἀκανθαὶ ἐλαττοῦσι τὴν ὀρμὴν τῆς πτώσεως και προφυλάττουσιν αὐτόν.

Τὴν τροφὴν του φέρει διὰ τῶν ἀκανθῶν του, βίπτει κατὰ γῆς τοὺς καρπούς σταφυλῶν, δαμασκηνῶν, μῆλων κλπ. και κυλίσται ἐπ' αὐτῶν, οὕτω πως ἐμπήγνυνται εἰς τὰς ἀκάνθας και οὕτω φορτωμένος μεταφέρει τούτους εἰς τὴν φωλεαὴν του.

Ὁ ἀκανθόχοιρος εἶνε βρώσιμος, εἶνε πολὺ παχὺς και τρώγεται ὁπτός ἐν κλιβάνῳ μετὰ ἀρωμάτων· τὸ κρέας του εἶνε εὐώδες ὡς ὁ μόσχος, ὁμοιάζει πρὸς τὸ τοῦ χοίρου. Ὁ ὄχλος συλλέ-

