ei mitto inimest raske tõbbega maas on; sest kord woib sinnule ka tulla et sa kül weel terwe olled. Kui meie ma-rahwas peaksid suremat hoolt kandma omma terwisse polest, wist siis ei surreks mitte ni suur hulk. Kui tõbbi käib siis te sedda

1) hoia ennast liajomisse eest. Liigjominne teeb so kehha ning so sisseko[n]na nõrgaks; kui sa koggone jääd maggama külma käes jobnud peaga, siis tõbbi ning surm woib pea siuno peale tulla.

2) hoia ennast ka liasõmisse eest. Igga haige inimenne tunneb süddame wallo. Agga süddame koht ep olle mitte seal al kus sedda wallo tunnukse; waid se on se maggo, mis haiget teeb. Kui temma on täis roga siis so süddame wallo saab kangemaks, ning so tõbbi raskemaks. Ka so pea hakkab siis wallutama.

3) hoia ennast ka et sa ei jä mitte wäg-

Arsti ramat, 1771, lk. 9