

# Matuszewski, Adam

---

## Leki i sposoby naturalne stosowane przy zapobieganiu epidemiom w XVI-XVII wieku (Maciej z Miechowa, Stefan Falimirz, Franciszek Paweł Lubiecki)

---

Kwartalnik Historii Nauki i Techniki 38/4, 119-130

---

1993

Artykuł umieszczony jest w kolekcji cyfrowej Bazhum, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych tworzonej przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego.

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie ze środków specjalnych MNiSW dzięki Wydziałowi Historycznemu Uniwersytetu Warszawskiego.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.



*Adam Matuszewski*  
(Warszawa)

**Leki i sposoby naturalne  
stosowane przy zapobieganiu epidemiom  
w XVI-XVII wieku  
(Maciej z Miechowa, Stefan Falimirz,  
Franciszek Paweł Lubiński)**

W swoim artykule chciałem przedstawić leki i sposoby naturalne zapobiegania epidemiom „moru” w XVI-XVII wieku, jakie zostały opisane w pracach Macieja z Miechowa, Stefana Falimirza oraz Franciszka Pawła Lubińskiego.

Wśród wymienionych autorów obszerniejszej literatury, jak dotychczas, doczekał się jedynie Maciej z Miechowa. Jego działalność lekarska została szczegółowo omówiona przez Władysława Szumowskiego<sup>1</sup>, Ludmiłę Krakowiecką<sup>2</sup>, oraz Tadeusza Bilikiewicza<sup>3</sup>. Zielnik Stefana Falimirza *O ziołach i mocy ich*<sup>4</sup> został ostatnio uwzględniony w artykule Iwony Arabas: *Wybrane rośliny o działaniu uzależniającym w renesansowych herbarzach polskich*<sup>5</sup>. Zawarte jednak w tym zielniku poglądy Falimirza na temat sposobów zapobiegania oraz leczenia epidemii dżumy, nie były

- 
- 1 Władysław Szumowski: Maciej z Miechowa, zwany Miechowitą — znakomity lekarz i uczyony krakowski. (W:) W. Szumowski: O eunuchach i kastracji. Kraków 1946, s. 97-113.
  - 2 Ludmiła Krakowiecka: Maciej z Miechowa — lekarz i uczyony Odrodzenia. Warszawa 1956.
  - 3 Tadeusz Bilikiewicz: Maciej z Miechowa na tle medycyny Odrodzenia. (W:) Maciej z Miechowa 1457-1523. Historyk, geograf, lekarz, organizator nauki. Wrocław 1960, s. 167-203.
  - 4 Stefan Falimirz: O ziołach i mocy ich. Kraków 1534.
  - 5 Iwona Arabas: Wybrane rośliny w działaniu uzależniającym. (W:) Historia leków naturalnych. Pod red. Barbary Kuźnickiej. T. 2, Warszawa 1989, s. 131-142.

dotąd nigdzie omawiane. Brak jest także opracowań poświęconych Franciszkowi Pawłowi Lubieckiemu oraz wydanemu w Lesznie, w 1653 r., jego poradnikowi *Książka(!) bardzo potrzebna każdemu człowiekowi do uchronienia się morowego powietrza*. Krótkie wzmianki bibliograficzne podają o tej pozycji jedynie Jan Lernet<sup>6</sup>, Stanisław Kościński<sup>7</sup>, Karol Estreicher<sup>8</sup>, oraz Alodia Kawecka-Gryczowa<sup>9</sup>. Jedyny, zachowany, egzemplarz tej pracy posiada obecnie Biblioteka Ossolińskich we Wrocławiu (sygn. XVII. 4131. III). Jej mikrofilmy znajdują się natomiast w zbiorach mikrofilmowych Biblioteki Narodowej (sygn. MF — 23894) oraz Instytutu Historii Nauki, Oświaty i Techniki PAN w Warszawie (sygn. MF. — 1874).

Problem zapobiegania epidemiom po raz pierwszy podjął Maciej z Miechowa, w swojej, opublikowanej w 1508 r. w Krakowie broszurze: *Contra saevam pestem*<sup>10</sup>. Autor dowodzi tutaj, iż powstanie epidemii warunkują czynniki natury niebieskiej, lub ziemskiej. Pierwsze zależą od konstelacji gwiazdnych, drugie zaś od przyczyn ziemskich, takich, jak, na przykład, bagniste wyziewy. Jego zdaniem pięć rzeczy sprzyja rozwojowi epidemii, a mianowicie: zmęczenie (fatiga), głód (fames), owoce (fructus), kobieta (femina) i wiatry (flatus). Pięć również środków zapobiega jej: puszczanie krwi (phlebothomia), ucieczka (fuga), ogień (focus) i przeczyszczenie (fluxus).

Po pierwsze więc należy unikać zmęczenia, wyczerpującego siły. Umiarkowana praca, nie wywołująca zmęczenia, jest jednak wskazana. Pod słowem „fames” należy rozumieć nie tylko głód, lecz i niewłaściwe odżywianie się. Trzeba więc unikać opilstwa i obżarstwa, ale również niedojadania i spożywania w czasie głodów szkodliwych pokarmów. Często przyczyną śmiertelności jest bowiem nadmierne objadanie się w latach urodzajnych, następujących bezpośrednio po okresie głodu. Miechowita ostrzega także przed jedzeniem owoców, szczególnie zaś brzoskwiń, śliwek, wisien, melonów, ogórków i jabłek, jak również wszystkiego, co ulega gniciu, jak mleko, ryby. Zaleca także wstrzemięźliwość płciową.

6 Jan Lernet: Rozprawa o morze: „Roczniki Towarzystwa Królewskiego Warszawskiego Przyjaciół Nauk”. T. 11. Warszawa 1817, s. 15.

7 Stanisław Kościński: Słownik lekarzów polskich. T. 1. Warszawa 1883, s. 283.

8 Karol Estreicher: Bibliografia polska. T. 21. Kraków 1906, s. 431.

9 Alodia Kawecka-Gryczowa: Z dziejów książki polskiej w okresie renesansu. Wrocław 1975, s. 409.

10 Maciej z Miechowa: *Contra saevam pestem regimen accuratissimum*. Cracoviae 1508.

Stwierdza bowiem, iż sam widział w Italii w czasie „moru”, jak umierało wielu młodzieńców z powodu stosunków płciowych. Szkodliwe są także wiatry południowe i zachodnie, jak również wiatry wiejące od bagien, wód stojących, oraz od strony, z której przyszła zaraza.

Najlepszym sposobem unikania zarazy jest, według Miechowity, ucieczka z miejsc nią objętych. Przeciw epidemii uodparniają również człowieka przechadzki, ruch na świeżym powietrzu, oraz przyjemne i niemęczące ćwiczenia fizyczne. Przeciwskazane są natomiast długie, powodujące osłabienie kąpiele. Zarazę niszczy także ogień z drzewa cyprysowego, terpentynowego, sosnowego i jodłowego. Autor podaje ponadto przepis na sporządzenie leku wzmacniającego z mieszanki kamfory, aloesu i „kości z serca jeleniego”. Składnikiem, który budzi największe nasze zdziwienie, jest „kość z serca jeleniego”. Późniejszy Stefan Familirz również zna ten lek i charakteryzuje go w sposób następujący: „Kość bywa najdowana w sercu jeleniem po lewej stronie serca. Ta kość działa się z grubej krwi, a to gdy gruba krew stwardnieje, z tego już będzie kość. Kość z serca jeleniego jest zimnego i suchego przyrodzenia. Ma moc serce posilać i wszystkiego człowieka i krew w człowieku czyści, ciała drzenie i mdłości odejmuje”.<sup>11</sup> Jak widzimy, nie była to kość w ścisłym tego słowa znaczeniu, lecz raczej skrzepla, zaschła krew. Miechowita proponuje również dwa gotowe leki, zabezpieczające przed zarazą, a mianowicie: *pulvis salvificans* oraz *pigułki Ruffa*, których głównymi składnikami były aloes, szafran i mirra. W omawianej pracy autor cytuje dawne autorytety, wśród których wymienia: Avicennę, Galena, Hipokratesa i Pliniusza.

Do sprawy zapobiegania epidemiom powrócił Maciej z Miechowa w swojej, wydanej w 1522 r., w Krakowie pracy: *Conservatio sanitatis*<sup>12</sup>. Również tutaj przywiązuje dużą wagę do zachowania higieny oraz czystości środowiska życia człowieka. Powtarza więc swoje poprzednie poglądy, że w nowobudowanych domach okna należy umieszczać od północy i wschodu, ponieważ z tych stron wieją zdrowsze wiatry. Nie należy natomiast ich umieszczać od zachodu. Za szkodliwe także uważa sadzenie i utrzymywanie w pobliżu domów mieszkalnych roślin szkodliwych, trujących, bądź cuchnących, do których wśród drzew i krzewów zalicza: leszczynę, drzewo figowe, sosnę, bez, cis, wśród ziół: ciemniżycę,

11 S.Falimirz: O ziołach... k. nlb. 224 v.

12 Maciej z Miechowa: *Conservatio sanitatis*. Cracoviae 1522. (Wyd. 2): Cracoviae 1535.

ciemniernik, lulek, białą gorczycę, pokrzywę. Należy zaś je obsadzać takimi roślinami, jak: wierzba, winna latorośl i zioła pachnące. Powstawaniu epidemii, zdaniem autora, sprzyja także bliskość lasów, wód cuchnących, stojących oraz stawów rybnych, ponieważ sprawiają one, że powietrze staje się gęstsze, wilgotniejsze i przez to łatwiej ulegające skażeniu. Zarażeniu „morem” zapobiega natomiast picie wywarów oraz spożywanie potraw z dodatkiem takich ziół i przypraw, jak: kurze ziele, cytwar, aloes, dyptam, dzięgiel oraz ocet i wino. Autor zaleca ponadto waczenie i ssanie cytwaru.

Poglądy Miechowity na temat zapobiegania epidemiom pogłębił i rozwinął Stefan Falimirz, w wydanym w 1534 r., w Krakowie, zielniku: *O ziołach i mocy ich*. Podobnie jak Miechowita, Falimirz uważa, że główną przyczyną powstawania epidemii są wpływy atmosferyczne i opary ziemne. Wierzy również w szkodliwość wiatrów, z tym że, jego zdaniem, najgorszy jest wiatr południowy, a nie zachodni, jak uważał Miechowita. Najlepszy jest wiatr północny (niszczący zarazę), a po nim wschodni. Autor uznaje także, iż Słońce zapobiega zarazie. Dowodem na to jest dla niego fakt, że najczęściej przychodzi ona na przełomie lata i jesieni, kiedy promienie słoneczne tracą swoją aktywność. Dlatego też zaleca otwieranie rano okien od wschodu, aby Słońce mogło wejść do mieszkania i oczyścić powietrze, a wieczorem od północy.

Podobnie jak Miechowita, dużą wagę przywiązuje także do zachowania właściwej higieny i czystości środowiska życia człowieka. Zaleca więc budowanie domów nie tylko z dala od miejsc „smrodliwych, wodnistych, bagnistych, jeziornych, moczidlnych, stawów starich i wielkich wód stojących”<sup>13</sup> ale także od miejsc „gdzie woły biją, gdzie mięso sprzedają, od garbarzów, od kuśnierzów, od mydlarzy, którzy po powietrzu smrod czynią, od moczonych lnów, konopii, przekopnych wód, pomyj,...miejscz gdzie bydło stawa, gnojów, świnich zwłaszcza, ścierw, psów, kotek pozdychanych i wszech rzeczy temu podobnych”<sup>14</sup>. Autor radzi także odkażać mieszkania przez skrapianie ich wywarami takich ziół, jak: piołunek, róża, kwiat muszkatowy, lub też mieszanki dobrego wina (jak np. muszkatowego lub małmazji) z wódką rojownikową albo różaną. Można do tego celu użyć także wywarów octowych ze skórek pomarańczowych, czy też winno-octowych z koryandru, goździków, bobku, jak również mieszanki wódki różanej z kamforą. Należy też, zdaniem Falimi-

<sup>13</sup> S.Falimirz: op. cit., k. nlb. 336 r.

<sup>14</sup> Tamże.

rza, okadzać mieszkanie, najpierw, przy otwartych oknach i drzwiach, piołunem albo jałowcem, następnie, po zamknięciu okien i drzwi, kadzidłę, mirrą, styraksem, muszkatem, galią, bądź też specjalnymi świeczkami. Autor zaleca także wymianę starych podłóg oraz trzymanie w domu i podkładanie pod pościel ziół: piołunu, rumianku, róży, rojownika, nardu ogrodniczego, liścia winnego, kwiatu lipowego, cząbrzu, lebiodki, macierzanki. Podobnie jak Miechowita, Falimirz wierzy również we właściwości odkażające dymu z „dobrych” drzew. Zaleca ponadto unikanie większych zgromadzeń oraz wystrzeganie się kontaktów z ludźmi, którzy opiekują się chorymi. Nie postuluje jednak całkowitego zerwania kontaktów towarzyskich. Taka postawa mogłaby wprowadzić człowieka w stan przygnębienia, którego należy unikać. Autor wierzy bowiem, iż osoby smutne i przygnębione ulegają łatwiej zarazie, niż osoby wesole i beztraskie. Dlatego też radzi: „Bądź zawsze wesołej myśli, używaj krotoczwil z towarzystwem, wesel się słusznie, grywając z nimi w szachy, warcaby, może i w karty, ale nie o pieniądze, abyś potem przegrawszy nie miał się o co smucić. Mniej przy sobie śpiewaczki (jeśli możesz), gędzarze i insze ludzie wesole, a krotoczwile czyniące”<sup>15</sup>.

Falimirz przykłada także dużą wagę do właściwego i higienicznego odżywiania się. Podobnie jak Miechowita, przestrzega zarówno przed zbyt dużym przejadaniem się, jak również przed zbyt długą głodówką. Zwraca też uwagę, aby nie spożywać pokarmów zbyt zimnych i zbyt gorących, aby chleb był wypiekany z dobrego ziarna: „nie naruszonego, nie wstęchłego, nie majacego smrodu od ziemie, nie mulistego, od much nie oparzonego, bez myszych łajn”<sup>16</sup>. Również woda, używana do wypieku powinna być pobierana z czystych ujęć i podgrzewana w czystym naczyniu (absolutnie nie w tym samym, w którym podaje się pokarm zwierzętom). Drewno, którym się pali w piecach piekarniczych, powinno być także dobrej jakości, suche, najlepiej z gór, i czyste. Najbardziej do tego celu, zdaniem Falimirza nadaje się: jałowiec, grab, buk, albo sosna. Szczególnie preferowanym przez Falimirza pieczywem, jest pieczywo białe, z czystej, pszennej mąki.

Odnosnie zaś mięsa uważa on, że zdrowsze jest mięso zwierząt dzikich, zwłaszcza pasących się w górach (szczególnie mięso jelenie i sarnie, które ma właściwości zabezpieczające przed zarazą), od mięsa zwierząt domowych. Wśród tych ostatnich najzdrowsze jest mięso wołowe, baranie, oraz

15 Tamże, k. nlb. 339 v. - 340 r.

16 Tamże, k. nlb. 337 v.

młodych kurcząt. Należy natomiast wystrzegać się spożywania mięsa starych wołów, byków, krów, ptactwa wodnego (gęsi, kaczek itp.) oraz ryb z wód stojących (karpia, linów, węgorzy, raków i in.). Unikać także trzeba jedzenia mięsa zgniętego oraz solonego. Najzdrowsze jest mięso pieczone, polane winem lub octem. Dobrze jest też przyrządzić je w ostrym sosie. Nie jest jednak wskazane używanie zbyt dużej ilości octu, ponieważ zbyt bardzo podrażnia on żołądek. Młode kurczęta najzdrowsze są upieczone z winem, cytryną, z dodatkiem jakiegoś ostrego korzenia lub gotowanych czarnych wiśni. Zdrowe są także ryby z wód płynących, takie jak: pstrągi, lipienie, kielbie, uklejki, szczupaki — zwłaszcza przyprawione octem, sokiem cytrynowym, bądź ostrym sosem. Ryby spożywane rano z rutą, albo z figami, mają zdaniem autora, właściwości uodparniające przeciwko zarazie. Tą samą moc mają również orzechy włoskie, spożywane po nich. Jajka także można jeść, ale tylko na miękko. Powstrzymać natomiast należy się od spożywania mleka, śmietany, młodych serów oraz kapusty. Unikać również trzeba spożywania potraw zbyt tłustych i smażonych na oleju. Masło, jak również starsze sery, można jeść, ale z umiarem. Zdrowe są natomiast płatki jęczmienne, pszenne, kukurydziane oraz z tataraku. Wśród owoców zalecane są: wiśnie, czereśnie, jerszyny, jagody, pomarańcze, jabłka, cytryny, winogrona, figi, rodzynki, maliny. Należy je jeść przed posiłkami. Gruszki także można spożywać, ale w ograniczonych ilościach, najlepiej pieczone, z winem i po posiłku. W ograniczonych ilościach można także jeść marchew, rzepę i groch. Potrawy najlepiej jest zakwaszać: octem, kwaśnym winem, cytryną, marynowanymi wiśniami, kwaśnymi jabłkami, szczawiem. Gorczycy, chrzanu, rzodkwi, rzerzuchy, a także szczawiu, nie powinno się jednak spożywać w lecie na surowo, lecz należy przyrządzić z nich przyprawy do pieczonych mięs. Do przypraw tych dobrze jest także dodać jajka, dobre wino oraz imber. Nie powinno się natomiast w czasie epidemii jeść potraw słodkich.

Wśród napojów autor zaleca wina lekkie, a przestrzega przed pićm win zbyt mocnych, jak również nie najlepszej jakości oraz zanieczyszczonych. Zdrowe jest także jasne piwo, ale tylko wtedy, gdy jest wykonane z dobrego słodu, czystego ziarna, czystej wody, nie kwaśne oraz niezbyt zimne i niezbyt ciepłe. Szczególnie uodparniająco działa picie piwa z bobkiem oraz z goździkami.

Przed zarazą, zdaniem Falimirza, zabezpiecza nie tylko odpowiedni pokarm, ale także właściwy rozkład wypoczynku. Podobnie jak Miechowita przestrzega, więc, przed zbyt długim spaniem w dzień oraz zaleca

spacery po lasach, a także uprawianie gry w kręgle i innych gier, przy których trzeba biegać.

Zwraca także uwagę na zachowanie czystości ciała oraz odzieży. Odradza jednak branie kąpieli. Zamiast tego zaleca solidnie wycierać ciało ręcznikiem. Radzi również wkładać do butów mech rosący na dębie, a także nacierać nogi mieszanką wódki z liścia włoskiego orzecha z wódką bluszczową, koprem i asterem oraz mirrą zmieszaną z koprem. Zaleca też mycie głowy w wywarze z szałwi, piołunu i róży. Brodę radzi Falimirz raczej rano strzyc nożyczkami, niż golić, chyba żeby ktoś miał swoją własną brzytwę, którą nikt inny się nie goli.

Wśród środków leczniczych, zapobiegających epidemii, Falimirz, podobnie jak Miechowita, wyróżnia leki użycia wewnętrznego oraz leki do wachania i ssania. Tak więc zaleca, wychodząc z domu, wziąć driakwi do ust i rozetrzeć ją w ustach językiem; wypić małmazję. Można też mieszać kwiaty: bozagowy, wołowego języka, muszkatowy, popia różanego, czerwonego sandału, szafran, kamforę; zawiązać tę całą mieszankę w chustę i włożyć do czystego wina. Następnie zanurzyć w tym winie rozpalone złote blaszki i to wino wypić. Można też zjeść grzanki z białego chleba posypane proszkiem z mieszanki: aloesu, cynamonu, imbru, cytwaru, goździków, kwiatu muszkatowego, polnej driakwi, podróżnika, węzowego korzenia, kości z serca jeleniego, kości jednorozca, złota oraz cukru. Autor poleca również jeść w tym celu: rutę z orzechami włoskimi; figi z kwiatem muszkatowym; migdały z kwiatem rumiankowym; cebulę z octem; driakiew z czerwonymi koralami, kawałkami drzewa sandałowego, bursztyнем, kamforą, bądź węzownikiem; liście rumiankowe z jądrami włoskiego orzecha i figami; mieszankę proszku z korzeni: trzemdały, goryczki, jałowca, z „ziemią pieczętną” i cukrem; chleb biały z małmazją; grzankę z octem; ukwaszoną z cukrem na Słońcu różę z cynamonem, kwiatem muszkatowym, goździkami i tartym złotem; a także czosnek z rzodkwią. Radzi ponadto pić „ziemię pieczętną”, czy też korzeń biedrzeńcowy, rozpuszczony w winie.

Wśród leków do wachania autor wymienia natomiast: goździki (same, bądź ugotowane w occie); piołun zielony (sam, lub umoczony w winie albo w occie); kozłek, rutę umoczoną w occie lub w winie; jałowiec; koryander; kozlik; mieszankę octu winnego, wódki różanej i kwiatu bzu. Radzi też ssać skórki cytrynowe, bądź cytwar.

Najlepszym jednak sposobem uchronienia się przed zarazą, jest, zdaniem Falimirza, modlitwa.

W XVII wieku problemem zapobiegania epidemiom zajął się Franci-



szek Paweł Lubiecki, w swoim, wydanym w 1653 roku, w Lesznie, poradniku: „Książka (!) bardzo potrzebna każdemu człowiekowi do uchronienia się morowego powietrza”. Na karcie tytułowej tego poradnika została zamieszczona informacja, że jej autor był mieszczaninem i „cyru-likiem” poznańskim.

Analizowana praca jest, w zasadzie, zbiorem porad lekarskich i przepisów farmaceutycznych, zaczerpniętych z szeregu podręczników medycznych. Wśród ich autorów Lubiecki wymienia: Jana Moibanusa, Jana Grotonusa, Antonina Gujanerusa, Piotra Mansińskiego (z Mans), Hani-bala Bondero, Galena, Awicennę, mediolańczyka Gaudentiusa, Gabriela Otwalda, Gerarda z Bergenn, Arystotelesa, Gulberta Mespoleńskiego, Alberta Coruetanusa, Alberta Wielkiego, lekarza egipskiego Athemacusa, oraz dwóch Polaków: Macieja z Miechowa i lekarza poznańskiego Jana Stanisława Chrościewskiego. Wspomina również, iż korzystał z przywożonych z obcych krajów popularnych przepisów medycyny arabskiej, egipskiej, tureckiej i włoskiej.

Zastanawia nas pominięcie, w wyżej wymienionym spisie autorów, Stefana Falimirza. Parokrotnie natomiast Lubiecki, powołuje się na manuskrypt, zmarłego w 1628 roku w Poznaniu, Jana Stanisława Chrościewskiego. Może tutaj chodzi o zaginiony rękopis pracy Chrościewskiego: *Libellus de odore*. Informację o tym, że Chrościewski taką pracę pozostawił w rękopisie jako pierwszy podał Jan Daniel Janocki<sup>17</sup>, a po nim powtórzyli ją Michał Wiszniewski<sup>18</sup> i Karol Estreicher<sup>19</sup>.

Podobnie jak Miechowita i Falimirz, Lubiecki wierzy we wpływ komet, zjawisk atmosferycznych i anomalii pogodowych na zdrowie człowieka. Pisze bowiem: „Gdy Pan Bog ma karać morowym powietrzem, tedy bywają widywane na niebie rozne Constelacye, Comety, Phenomena, Chasmata i rozne Meteora, zaćmienie Słońca i Księżycy, pluty i wiatry, częste kwitnienie drzew nie w swoy czas, nie pomiarkowanie lata i zimy, głód, woyna, powódź: wszystkie te rzeczy pokazują się przed przyjściem powietrza morowego”<sup>20</sup>. Obserwuje również, że epidemia rozszerza się najszybciej w miejscach, gdzie jest dużo robactwa i owadów. Nie mają to być jednak roznosiciele chorób, lecz tak jak choroby, powstają one, według Lubieckiego, z oparów ziemskich. O nadsięgnięciu zarazy można,

17 Jan Daniel Janocki: *Janociana*. T. 3. Varsiviae 1819, s. 33.

18 Michał Wiszniewski: *Historia literatury polskiej*. T. 9. Kraków 1857, s. 558.

19 Karol Estreicher: *Bibliografia polska*. T. 14. Kraków 1896, s. 213.

20 P.F.Lubiecki: *op. cit.*, k. nlb. 5 v.

jego zdaniem, zorientować się także z zachowania się zwierząt, jak, na przykład, z faktu, iż przed jej nadejściem bociany zwykle wyrzucają jaja z gniazd.

Autor uważa, że niekiedy Bóg zsyła chorobę jako karę za grzechy. W takim wypadku, przed udaniem się po poradę do lekarza, należy najpierw się wypowiedzieć.

Zdaniem Lubieckiego od zarazy przede wszystkim trzeba chronić serce, mózg, wątrobę, płuca, śledzionę, nerki i żołądek. Podobnie jak Miechowita i Falimirz, uważa on, że najlepszym sposobem uniknięcia choroby jest opuszczenie okolic do których ona nadciąga. Tak jak oni wierzy też, że promienie słoneczne niszczą choroby. Dlatego ostrzega przed przebywaniem na dworze przed wschodem i po zachodzie Słońca. Przywiązuje też, tak jak jego poprzednicy, dużą wagę do higieny. Zaleca więc odkurzanie mieszkań miotełką z dębowych liści, skrapianie pomieszczeń octem zmieszany z piołunem, różą, kwiatem muszkatowym, bądź też koryandrem, goździkami, bobkiem; okadzanie sypialni piołunem, rutą, jałowcem, bądź też kadzidłem, zmieszany z mirrą i trocinami, a także samą kamforą. Radzi też często zmieniać pościel oraz podkładać pod nią różę, fiołki i lawendę; unikać dłuższego przebywania i rozmów w pomieszczeniach, w których znajduje się wiele ludzi, szczególnie zaś w pomieszczeniach dusznych; często płukać usta wódką babczaną. Przestrzega także przed spożywaniem: ryb ze stojących wód, mleka, młodych serów, potraw tłustych, słodkich oraz grzybów. Podczas upałów radzi się też powstrzymać od spożywania gorczycy i czosnku. Zaleca natomiast jeść dojrzałe owoce, cytryny, kapary, sałatę i szczaw, oraz pić wino, piwo i wywar z bobku.

Analogicznie jak Miechowita i Falimirz, Lubiecki zaleca także spożywanie, ssanie oraz wężanie pewnych leków, zabezpieczających przed zarażeniem się morem. Wśród leków do spożywania zaleca mieszanki: orzecha włoskiego, fig i ruty; liści rumianku, czosnku i orzecha włoskiego; a także samą: driakiew, róg jeleni, driakiew polną, dyptam, kurze ziele, wino (samo, albo z zanurzonymi w nim złotymi monetami), gorzałkę, czosnek, bobek, bursztyn, proszek z korzenia omanowego, spożywany z piwem, albo z winem, oraz wódki z nierzały oraz włoskich orzechów. Ssać natomiast zaleca: kwiat muszkatowy, cytwar, cytrynę. Węchać zaś radzi: gąbkę nasyconą wywarem z mieszanki piołunu, goździków, korzenia dzięgielowego, octu winnego, wódki różanej, driakwi i mitrydatu; cytrynę; bawełnę z tatarskim ziele, goździkami, korzeniem fiołkowym i piżmem; korzeń fiołkowy z różą czerwoną, białymi sandałami, styraksem

pachnącym, tatarskim ziele, majerankiem, goździkami, coryandrem, lawendą, piżmem, gałką muszkatołową. Lubiecki zaleca ponadto pić, w czasie trwania epidemii wywary z dwudziestu ziół, wśród których wymienia: biedrzyń, dzięgiel, dyptam pospolity, mistrzewnik, lubczyk, kozłek, kurze ziele, piołun, aronową brodę (aris), goryczkę, kokornak, przetacznicę, podbiał szeroki, driakiew polną, lepieźnik, bobek, bukwicę i szczaw.

Spośród leków gotowych szczególnie dokładnie omawia nastomiast zalety olejku bursztynowego i driakwi weneckiej. Olejek bursztynowy nazywa „balsamem polskim”, albowiem, jak pisze: „swoją mocą wszystkie lekarstwa przewyższa”<sup>21</sup>. Aby zapobiec zarazie zaleca z rana i na noc nos nim nacierać. Chorym radzi podawać 20-40 kropli tego olejku z „wódka ostropezową”. Ponadto jest on skutecznym środkiem przeciwko epilepsji, udarowi mózgu, bólowi głowy, dolegliwościom żołądkowym, kamieniom żółciowym, chorobom pęcherza moczowego, febrom, żółtaczce.

Driakiew wenecka jest natomiast skutecznym antidotum przeciwko wszelkim truciznom, a ponadto leczy choroby: wzroku, płuc, wątroby, pęcherza, kaszel, dolegliwości żołądkowe, obstrukcję, kamienie, febrę, puchlinę wodną. Lubiecki radzi spożywać ją na czczo, a po jej zażyciu powstrzymać się od picia i jedzenia. Informuje także, że z niej sporządzane są popularne pastylki, zwane „ruffi”.

Oprócz olejku bursztynowego i driakwi weneckiej, autor wymienia takie, dostępne w aptekach, leki gotowe, zapobiegające epidemii jak: *confectio liberans*, *cordialis*, *thyriaca magna Andromachi*, *Mitridatum*, *pimpiheila Condrodatis*, *pilulae pestilentiales*, *oleum scorpionum*, *oleum vitrioli*, *oleum succini* i *oleum Juniperi*.

Polscy lekarze XVI i XVII w. zdają sobie już doskonale sprawę z wpływu warunków higienicznych na zdrowie człowieka. Dlatego przywiązują dużą wagę do zachowania czystości osobistej, jak również czystości pomieszczeń i naczyń, w których są przygotowywane i spożywane pokarmy, częstej zmiany pościeli, odkażania pomieszczeń oraz ubrań poprzez okadzanie ich i skrapianie wywarami z różnych ziół, częstego płukania ust. Zwracają także uwagę, aby domy mieszkalne były oddalone od gnojowisk, miejsc stacjonowania oraz uboju zwierząt, pralni, mydlarni, farbiarni itp. Ostrzegają również przed spożywaniem żywności nieświeżej, pochodzącej z niepewnego źródła, a w czasie epidemii także ryb z wód

---

21 Tamże, k. B3r.

stojących. Uświadamiają sobie także, że choroby dostają się do organizmu najczęściej drogą powietrzną, za pośrednictwem układu oddechowego oraz pokarmowego. Dlatego zalecają zapobiegawcze stosowanie różnych środków do ssania oraz inhalacyjnych, zabezpieczających drogi oddechowe i gardło. Wiedzą, iż ważnym czynnikiem zapobiegającym epidemii jest dobra ogólna kondycja człowieka.

