

Նա որ պծուարաւ կը մտնէ կերակուրները, նա թշուառագոյնն է քան զամենայն մարդ: Ստամոքսէն կախումն ունին մարդու կենսունակ զօրութիւնքն: Ստամոքս և ուղեղն ի միասին սերտ կապակցեալ են, երբ մին կը տկարանայ՝ անդէն կը հաղորդէ իւր ցաւը միւսոյն. ստամոքսի ցաւը պատճառ կ'ըլլայ գլխացաւի, և գլխացաւէ յառաջ կու գայ փսխումն: Մտաւարական կարողութիւն, նիւ կերպով մը կը փնտսուի երբ ստամոքսնիս տկարացած է. վասն զի մարսողութեան գործարանը մեծ ազդեցութիւն ունի ուղեղի վրայ: Ոչ ինչ են ստամոքսի անցողական հիւանդութիւնք, վասն զի առ ժամանակեայ են նոցա փնասներն. ընդ հակառակն մեծ են և տաժանելի ստամոքսի երկարատեւ խթութիւնք և վէրք: Դժուարամարսութեամբ կը գոյնանան 'ի մեզ թունաւոր տարերք, որոնք կը թունաւորեն զարիւն, և բոլոր ներքին գործարաննիս կը փնասեն, որով մեծամեծ հիւանդութեանց գերի կ'ըլլամք, (ստամոքսի բորբոքման, որոյ պատճառած ցաւը զարհուրելի է. խեղճեաւոյ (սոճ. խնձիւրէ պէնի), ջրգողութեան. շերդական վիրաց, թոքախաւի, անկարութեան, ցասկոտութեան, տխրութեան, ակոնդրացաւի, միջոցութեան, խնչազարութեան:

Նա որ ստամոքսի բորբոքումն ունի՝ համբերութեամբ պէտք է կրել այն զարհուրելի և անսանելի ցաւերն, զորս կը պատճառէ բորբոքումը. հիւանդը յարատեւութեամբ պէտք է առնու բժշկին պատուիրած դեղերն:

Դժուարամարսութեան ժամանակ պէտք է զգուշաւոր ըլլալ կերակրոց նկատմամբ. խրաքանչիւր անգամ ուտել քիչ, բայց յաճախ ուտել: Կերակուրները լաւագոյն է որ ըլլան գիւրամարս. զօրօրինակ (միս, թերիաշ կամ հում հաւկիթ, չոր բանջար, սուրճ, սև թէյ, գինի, գարեջուր, հասարակ ջուր,

կաթ: Գալով դեղերու մասին, ընտրեալ գոյն է զործածել Վիչիոյ հանային ջուրէն Վիչի հոպիտալ (Vichy hospital) կոչուածը, որ առ հասարակ ամէն դեղավաճառացքով կը գտնուի: Ստամոքսի ակարութիւն ունեցող անձինք ըսած են, « Շատ դեղեր առած ենք ստամոքսնիս զօրացընելու համար, այլ գրեթէ անօգուտ եղած է, բայց հագիթէ սկսանք զործածել Վիչիոյ հոպիտալ ջուրը, ակն յայտնի տեսանք և զգացինք նորա օգուտներն »: Զուգահաւասար հոպիտալի և գուցէ առաւել ևս օգտակար լինի ստամոքսի տկարութեան, Դեսիլ (vin Désiles) կոչուած գինին, որուն բաղապարտեան տարերքն են. քինքին, (quinquina), կոկայ (coca), կոլա (kola), կակայոյ (cacao), լուսածնատ կրոյ, և այլն. ասոնք ամենն ալ առաջնակարգ դեղեր են, որոնք կը դիւրացընեն մարսողութիւնը: Բաց աստի ամենօգտակար է սոյն գինին տեսակ տեսակ ծանր հիւանդութեանց (անարինուութեան, թոքախաւի, ջրային տկարութեանց, մկնային հիւսուածոց թուլութեան՝ որ յառաջ կու գայ հոգնածութենէ, ողնածուծի հիւանդութեանց, միզարձակութեան, օտնառութեան, յօղացաւութեան, ողնահարութեան (Rachilisme), և այլն: Վերջապէս Դեսիլի օգուտներն շատ են, բայց դժբաղդաբար գինն ևս յոյժ թանկ է, 5 փրանկ մի լիւր 'ի Պարիս, անշուշտ աւելի սուղ յԱրեւելս:

Վատ մարսողութեան օգնելու համար շատ լաւ է առնուլ ըստ ոմանց Մարսոդիտ քրեմաճքը (pepsin). կը ծախուի ամեն դեղատանց մէջ:

Ինչ բանէ առաջ կու գայ ստամոքսի հիւանդութիւնը: Նստողական կեանքէ. կերակուրները անապարանօք ուտելէն. և որ չաբացօյնն է՝ յետ կերակրոյ մտաւոր և նիւթական աշխատութեանց պարապմանէ: