



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Vier-humores-schema volgens Hippocrates, De natura hominis

Horstmanshoff, H.F.J.

Citation

Horstmanshoff, H. F. J. (1999). Vier-humores-schema volgens Hippocrates, De natura hominis. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/10982>

Version: Not Applicable (or Unknown)

License: [Leiden University Non-exclusive license](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/10982>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Vier-humores-schema volgens Hippocrates, *De natura hominis*

Manfred Horstmanshoff

In de verschillende artikelen is vaak sprake van de leer van de vier lichaamssappen, de *humores*. Het schema daarvan en enkele be-

langrijke teksten, waarop die leer is gebaseerd treft men hieronder aan.

Oerkwaliteiten	Element	Lichaamssap	Temperament	Seizoen	Levensfase
vochtig en warm	lucht	bloed	sanguinisch	lente	kind (tot 25 j.)
warm en droog	vuur	gele gal	cholerisch	zomer	jeugd (25 tot 40)
koud en vochtig	water	flegma	flegmatisch	herfst	rijpe leeftijd (tot 60)
droog en koud	aarde	zwarte gal	melancholisch	winter	ouderdom

1. 'Wat betreft de seizoenen, in de lente en in het begin van de zomer leven kinderen en jonge mensen het beste en zijn het gezondst; in de zomer en in een deel van de herfst de ouderen; in de rest van de herfst en de winter de leeftijdscategorie daar tussen in.' (Hp. *Aph.* 3. 18, 4. 129 Jones).

2. 'Alcmaeon zegt: het evenwicht (*isonomia*, letterlijk 'gelijke rechten') tussen de verschillende kwaliteiten, het vochtige en het droge, het koude en het warme, het bittere en het zoete etc. bevordert de gezondheid. Het overheersen (*monarchia*) van één daarvan is echter ziekteverwekkend.'

(Alcmaeon van Croton, fr. VS 24B4)

3. 'Onze gezondheid is gebaseerd op dieet, woonomstandigheden, inspanningen, slaap, geslachtsverkeer en geestelijke activiteit' (Hp. *Epid.* 6. 8. 7, 5. 352 L).

4. Op basis van de leer van de *humores* is sinds Galenus de antieke geneeskunde samen te vatten in het volgende overzicht. Men onderscheidde:

- *res naturales*: 'natuurlijke zaken': de elementen, de lichaamssappen, de lichaamsdelen, de lichamelijke functies

- *sex res non naturales*: 'zes niet-natuurlijke zaken' *aer* (lucht), *cibus et potus* (eten en

drinken), *motus et quies* (beweging en rust), *somnus et vigilia* (slapen en waken), *excreta et secreta* (uitscheidingen en afscheidingen), *affectus animi* (emoties)

- *res contra-naturales* of *res praeter-naturales* 'tegennatuurlijke zaken': pathologische verschijnselen.

5. De therapie was veelal gebaseerd op het principe *contraria contrariis*: 'Men moet bij zijn leefwijze rekening houden met leeftijd, jaargetijde, gewoonte, landstreek en fysieke gesteldheid, door de heersende warmte of koude van het moment een tegenwicht te geven: zo kan men zo gezond mogelijk blijven.' (Hp. *De victu salubri* 2, 4. 48-49 Jones)



De vier elementen, uit een 16de-eeuws handschrift. (uit R. Margotta, Milano 1968, p. 73).