

20. “ Треба, колкото е възможно да отбѣгнуватъ да пиятъ между яденіята, „

На това правило не можеме да дадеме нашето одобреніе, понеже прилича за гигиената на юношите по вече нежели на дѣцата; иначе тѣ неща говорятъ високо. Во всѣте народны училища на департамента Сена у Фравція нахождатся чешмы, и дѣцата пиятъ безъ да имъ е опредѣлено че струва слѣдствие до качливо на здравіето:

Въ пансіоните и дѣтководните училища, въ народните и царскыте гимнази, намиратся чешми, гдѣто дѣцата пиятъ между яденіята. А Г. Орфила, деханъ на докторската академіа, и членъ царскаго Совѣта това не треба да е позволено.

21-о. Употребленіето весма на студеныте питіета, въ испотеніето може да причини тяжкы слѣдствія и воистина смъртъта.

Поть-атъ, е издыханіе на която найближната причина естъ всегда чиврастото кровообращеніе. Тичаніето чиврастите игри спомагатъ дѣйствително за произведеніето на пота, който е предопредѣленъ явно за да очищава кровь-та. Пребезумно прочее нещо е да пие нѣкой весма студена вода, и найпаче въ совършеніето на тѣлоупражненіето. Понеже ако слѣдъ піеніето, повтори дѣтето нѣкое чивра-