

20. “ Треба, колкото е възможно да отбѣгнѣватъ 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 Франція нахождатся чешмы, и дѣцата пиятъ безъ да имъ е опредѣлено че струва слѣдствие докачливо на здравіето:

Въ пансіоните и дѣтководните училища, въ народните и царскыте гимназеи, 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 испогеніето може да причини “ тяжкы слѣдствія и воистина смертъта.,

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