

промушва въ кѣщи вѣтрѣ, зашто-то това много врѣди особно на болныа, нѣ все пакъ трѣбва да има чистѣ въздухъ. Щомъ е разваленъ и врѣдителенъ въздухъ-тъ познава ся отъ това: Всякой знае, че нечиста-та вода не е здрава за пїяніе; нечистѣ и мѣтнѣ водѣ не пїемъ, зашто-то щомъ ни ся мѣрне погнушявамы ся отъ неѣ. Както нечиста-та вода така и нечистый въздухъ врѣди чловѣку, нѣ зашто-то не можемъ да видимъ неговѣ-тѣ нечистотѣ, затова ни ся и непогнушява така, като отъ мѣтнѣ-тѣ водѣ. Ала е доказано, какво на чловѣка е потрѣбенъ всякой чясъ (сахать) до 10 кубическы стѣпкы чистѣ въздухъ. Кой-то го нѣма, у него ослабватъ вснѣкы членове; той слабо смила ѣденіе-то си, рѣдко излиза по себе, и кога потрае това повече врѣмя най-сѣтнѣ и тяжко заболѣва. Това ся види най-много въ въ Россіѣ, гдѣ-то хора-та, като живѣѣтъ цѣлѣ зимѣ повседневно затворени въ стаѣ-тѣ, на пролѣтъ гы хваща тайна трѣсна. А що да рѣчемъ за въздуха у стан-ты на наши-ты селяны, кои-то зимѣ наокачатъ по пещь-тѣ мокры-ты си царвулы и навуца да съхнѣтъ. Тукъ и едни-ти и други-ти ся сушатъ и испаряватъ, а въздухъ-тъ отъ това най-много ся врѣди; тогасъ не е чудно, гдѣ-то въ това врѣмя наши-ти хора най-много болувать.

Това сѣще-то е и съ наши-ты кѣщи, особно селскы-ты въ кои-то едно отъ много-то душѣ, кои-то ся струпватъ да спятъ въ еднѣ стаѣ, а друго отъ сушеніе мокры-ты постилци и дрехы на дѣтца-та, прѣпълнено е съ такѣвъ нечистѣ въздухъ, щото нетрѣбва да ся чюдимъ зашто и отъ що да мре у насъ толкова свѣтъ, а особно малкы дѣтца. И тѣ трѣбва добрѣ да знаемъ, какво чистѣ въздухъ ни е потрѣбенъ така сѣще както и чиста вода; да не пуцамы зимѣ чистѣ въздухъ въ собѣ-тѣ за да спестимъ отъ дръва-та, трѣбва да знаемъ, че за това губимъ здравіе, кое-то е поскѣпно отъ дръва-та, та пестеніе-то ни излиза наопако.

Ако ся оплаква болникъ-тъ отъ бодежъ, то домакынка-та трѣбва да му даде да пїе топлѣ чай отъ лайкучкѣ; ако ся покажатъ кожны болѣсти, кашлица и др. т. то трѣбва да ся дава на болныа чай отъ липовѣ цвѣтъ. Болници-ти трѣбва да имѣтъ топлѣ и чистѣ постелѣ, а не бѣва да ся покрыватъ съ много топло. Стопанка-та трѣбва да пазн строго на онова, кое-то е зарѣчялъ лѣкарь-тъ, и не смѣе да дава друго нищо