

ситенъ прахъ, $1\frac{1}{2}$ драхма червенъ кыненъ коръ, 1 драхма мирръ, 1 драхма перуникъ (iris) и 8 капкы масло, извѣстно подъ имя Nelkenoel. Тыя венчки-ты могатъ ся зѣ отъ нѣкожъ цѣрницъ (сипцерикъ). Съ тоя прахъ трѣбува да ся чистятъ зѣби-ти не само заранъ, нъ и слѣдъ обѣдъ и вечеръ, откакъ ся псочплатъ и истрѣжтъ съ четкъ венчки останкы отъ ѣстие-то измежду зѣбы-ты. Не е злѣ прѣди да ся истрѣжтъ съ тоя прахъ да ся исплакнѣтъ зѣби-ти заранъ и вечеръ съ спиртъ или съ о-де-колонъ, зачтото съ това ся въспира да ся не расплождають животинкы-ты, които ся прѣжватъ у останкы-ты отъ ѣстие-то.

2. Съ зѣбы не бива да ся грызѣтъ и чюпѣтъ коравы нѣчта, като захаръ, орѣхы, лѣщницы и пр. зачтото лесно може ся попука стѣкловина-та на зѣбы-ты, а отъ това тѣи загнивать.

3. Откакъ ѣде чловѣкъ захаръ и сладкы нѣчта трѣбува да гяда да си очисти зѣбы-ты и пролукы-ты между тѣхъ. Захаръ-та не само отъ само себе врѣди зѣбы-ты, нъ еще и трошицы-ты ѣ при топлинѣ-тѣ на уста-та ся вкисватъ, па като ся намѣсятъ съ тѣхъ и плюнкы-ты и лигы-ты, развивать ся у уста-та киселины, които сѣ много пакостливы за зѣбы-ты.

4. Трѣбува да ся нази добръ да ся не припуща до зѣбы-ты бръза промѣна на топлинѣ-тѣ и на студа, зачтото стѣкловина-та на зѣбы-ты ще ся попука, кога отъ много топло ся досяга до много студено, и наомакы.

5. Ако мясѣ-та около зѣбы-ты сѣ омѣкнѣли и подпухнѣли, то веднага трѣбува да ся прѣгяда да ли не ся е вмѣкнѣла и набрала тригія между зѣбы-ты и мясѣ-та, па ако ѣ има, то да ся отребѣи