

глава-та са свива у рамѣна-та. Най сетнѣ дѣца-та, нѣкой си по скоро, а нѣкой си по сѣтне, сѣко спорѣдъ тѣлесна-та си сила, занимава онзи неприроденъ начинъ, кого-то описавме по горѣ. Не е мѣчно да са сж-глѣда, колко поврѣжда туй дѣтинско-то здрави. За туй имаше длѣжностъ да сж мѣчимъ да прѣкратавама мѣки-тѣ, що е тѣглилъ до сега малкия народъ, що сж учи. Както е потрѣбно на пораснали-тѣ да си отмарятъ михци-тѣ, кога стоятъ нѣколко врѣме прави, тѣй сѣщо е потрѣбно на дѣте-то, особено ако са занимава умственно у туй врѣме.

Най много са осѣща, че кога сѣдимъ несгодни прѣгжрбени ребра-та ни прѣтискать долия-та чястъ на желѣдука. Туй притискане става причина да не смила добрѣ стомаха ни ядене-то; и грѣдни-тѣ органи сж свивать отъ навождане-то на прѣдъ, и отъ туй свиване са бжрка дишене-то и правилно-то обикаяне на крѣвта. Тѣзи поврѣди сж опасни още и за туй, дѣто не са явяватъ тутакси като болѣсть, нѣ полѣка и постепенно подядатъ човѣшко-то здрави.

Болѣста що надува вратѣ, коя-то азъ прѣдлагамъ да са нарѣче „**училищна чума**“ е много по дѣца-та, нѣ никой до сега не са е погрижилъ за нея: толко малко са е обрацало внимание на **УЧИЛИЩНО-ТО ЗДРАВΟΣЛОВИЕ**. Нерѣдово-то натрупване на крѣвта (хиперамия) у жлѣзи-тѣ, причинява отоци-тѣ у гуша-та, кои-то са простиратъ и у гжрло-то. Вратѣ твжрдѣ задиблява и боли, кога са помрѣдне. У послѣдний случай, жлѣзи-тѣ сж оптягатъ и заякватъ (и иматъ сички бѣлѣзи на хипертрофия).

Тѣзи болѣсть става отъ туй, дѣто крѣвта у жлѣзи-тѣ не може свободно да прѣминува тутакси, кога-то дѣца-та като са уморятъ, вжзвивать си глава-та назадъ и я налѣгатъ на плещи-тѣ. Като не джржатъ михци-тѣ глава-та у нормално положене, тя са наклонва на вратни-тѣ жили, кои-то сж испжчатъ и издуватъ напрѣдъ, тѣй що-то отблжсватъ и сички прѣдни органи, и ги стискать мѣжду вратни-тѣ кокачета и онѣзи на пжрво-то рѣбро. Сѣщо-то са налѣга и на **сждове-тѣ**, особено на крѣвни-тѣ жили, на кои-то става мѣчно да провиждатъ крѣвта у сжрце-то. **Гуша-та** може порасва, ако са прѣстегне вратѣ съ кжрпа или съ друго. **Жлѣзи-тѣ** сж напжлняютъ по много отъ колко-то треба съ крѣвъ и отъ туй имъ сж растягатъ **сждове-тѣ**, и тя (крѣвта) прилива и отича. Като са остави тѣй крѣвта, обраца болѣста на **хипертрофия**. Азъ сжмъ забѣлежилъ нѣкой момиченца, у кои-то **хипертрофия-та** не е произлѣзла отъ нищо друго, освѣнъ отъ училищно влияние. **Отока** бива се еднакжвъ; нѣ азъ сжмъ видѣлъ и **мехурястѣ**. Ето просто доказателство на наши-тѣ мисли: „**Училищна-та чума**, ако не са е още обжрнала у **хипертрофия**, изгубва са у врѣме на **ваканция**; ако ли са е обжрнала, тя пакъ са смалява у врѣме, кога сж дѣца-та вжнѣ отъ училище-то.