

1. Правила за какъ шрѣбва да ся владѣжшь жены-шы, кога сж непрадни.

Навыкнжтый животъ на жены-ты има естествоно вляніе на зачатъка имъ още отъ тѣж минутъ, въ кож-то една жена ся усѣти, че е непрадна. Спорядъ това нейна-та длъжность и собствена-та ѝ полза искать, що-то тя да отбѣгва отъ всичко нѣщо, кое-то може да поврѣди младенца, а да прави само това, щото може да бѣде за него полезно.

Непрадна-та жена има потрѣбж отъ приличны-ты за това врѣме хранж и облѣкло, отъ чистотж, отъ чистъ въздухъ, отъ тишинж душевнж и тѣлеснж и отъ редовно исхождане повѣнь. Най-главно-то е да си живѣе тѣй, както е была да тогыва навикнжта, само ако е съвршено здрава.

1. На непраднж женж *храна-ша шрѣбва да е дошашочна*. Ней по нѣкой-пжть може да дойде голѣма похта (ицахъ) за ѣденіе, нѣ ако бы да прѣйде, може твърдѣ много да поврѣди зачатъка си; заради това въ такъвъ случай тя трѣбва да яде твърдѣ по малко, трѣбва да пази умѣренность въ ястіе. Постеніе-то (безъ хлѣбъ) въ тоя случай е толкова смрътоносно, колко-то и много-то прѣяданіе, или твърдѣ често-то яденіе. За да ѝ ся непотръсва и неподдига заранъ трѣбва да си закусва нѣщо докле е още въ постелкж-тж си. Така сжще и кога има да иде на пжть отъ 3—4 часа разстояніе, трѣбва да си похане нѣщо, кое-то ся смѣла лесно.

Въ првы-ты два мѣсяца отъ непрадность-тж си, трѣбва да употрѣблява таково ястіе, кое-то да може да ся смѣла лесно въ стомаха ѝ. Много полезно е да употрѣблява таково ястіе по малко, та по-често. Солено мясо, пастрѣма, суджужи, солена сланина, солена рыба, ястія прѣпрѣжены и сготвены съ много кромидъ, както и съ другы травы и корени, пиперь, енибахаръ, кимюнь, пачя и баницы съ мясо и сиреніе, па и зелены овоція, както и дыни и пѣнише съвсѣмъ нетрѣбва да яде въ това врѣмя. Сжще така и много-то пїяніе водж, лимонадж и др. такывы сладкы и киселы питія можть да поврѣдятъ както майкж-тж така и младенца.

Слѣдъ вторый мѣсяць непрадна-та жена може да