

промушва въ кѣщи вѣтъръ, зацо-то това много врѣди особно на болныа, нъ все пакъ трѣбва да има чистъ въздухъ. Щомъ е разваленъ и врѣдителенъ въздухъ-тъ познава ся отъ това: Всякой знае, че нечиста-та вода не е здрава за пияніе; нечистъ и мѣтнъ водъ не пиемъ, зацо-то щомъ ни ся мѣрне погнушявамы ся отъ неж. Както нечиста-та вода така и нечистый въздухъ врѣди чловѣку, нъ зацо-то не можемъ да видимъ неговъ-тъ нечистотъ, затова ни ся и непогнушява така, като отъ мѣтнъ-тъ водъ. Ала е доказано, какво на чловѣка е потребенъ всякой чась (сахать) до 10 кубическы стѣпки чистъ въздухъ. Кой-то го нѣма, у него ослабватъ всичкы 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 живѣхтъ цѣлж зимж повседневно затворени въ стаж-тъ, на пролѣтъ гы хваща тайна трѣсна. А що да рѣчемъ за въздуха у стан-ты на наши-ты селяны, кои-то зимѣ наокачатъ по нещъ-тъ мокры-ты си царвулы и навуца да съхнѣтъ. Тукъ и едни-ти и другы-ти ся сушатъ и испаряватъ, а въздухъ-тъ отъ това най-много ся врѣди; тогась 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 душъ, кои-то ся струпватъ да спять въ еднж стаж, а друго отъ сушеніе мокры-ты постилци и дрехы на дѣтца-та, прѣпълнено е съ такъвъ нечистъ въздухъ, щото нетрѣбова да ся чудимъ зацо и отъ що да мре у насъ толкова свѣтъ, а особно малкы дѣтца. И тѣй трѣбва добрѣ да знаемъ, какво чистъ въздухъ ни е потребенъ така сѣще както и чиста вода; да не пуцамы зимѣ чистъ въздухъ въ собж-тъ за да спестимъ отъ дръва-та, трѣбва да знаемъ, че за това губимъ здравіе, кое-то е поскѣпо отъ дръва-та, та пестеніе-то ни излиза наопако.

Ако ся оплаква болникъ-тъ отъ бодержъ, то домакынка-та трѣбва да му даде да пие топлъ чай отъ лайкучкж; ако ся покажатъ кожны болѣсти, кашлица и др. т. то трѣбва да ся дава на болныа чай отъ липовъ цвѣтъ. Болници-ти трѣбва да имжтъ топлж и чистж постельж, а не быва да ся покрыватъ съ много топло. Стопанка-та трѣбва да пази строго на онова, кое-то е зарѣчялъ лѣкарь-тъ, и не смѣе да дава друго нищо