

Мнозина сякатъ, че едно дѣте е харно и съвършено отгледано, кога-то е приучено да кротува все на едно мѣсто безъ да ся поклати. Нъ такъво мнимо съвършенство е много далечъ отъ онова, какво-то иска естество-то.

Много пакостно е да ся туря дѣте-то да стои право или сѣднжло кога-то мышцы-ты му сж уморени. Оттука ся разбира, че много потрѣбно е малкы дѣца да ся приспивать денѣ, та да поспивать, и кога-то понаяткнжть вечерь ранко да ся приспивать. Дѣца, кон-то малко спять, а стоятъ повече будны, лесно ся поболявать отъ рахитисмъ.

Лѣгло-то или люлка-та на дѣте-то не бива да е много наведена отъ главж-тж камъ крака-та, а да стои равно какво-то горни-ты чясти на тѣло-то да ся нестрѣсвать та да натискать долни-ты; постилка-та и възглавниче-то, на кои-то спи дѣте-то, не бива да ся тѣпчять съ вълнж, а да ся напълнятъ най-добрѣ съ конскж козинж или съ мягкы листа отъ царевицж.

Ето по-главни-ти бѣлѣзи, кои то може да задавать страхъ, че ще ся яви рахитисмъ: дѣца-та стоятъ посрънжли и угрыжены; не имъ ся ще да игражть, нито да ся поклать; все имъ ся иска и драго имъ е да лѣжять, а срьдять ся ако гы възправять или гы турять да сѣдять. Чясто не давать да гы помѣсти чловѣкъ, и надавать выкъ щомъ поиска чловѣкъ да гы попина. Горкы-ты дѣца ся полищивать и пицять отъ болкы.

Чясто имъ дохажда огнь съ силно испареніе. Лице-то имъ прѣблѣднява, кожа-та имъ пожлътява, не имъ ся ще да яджть, стомахъ-тъ имъ ся побръква и начинать да дрицжть и кога понизстинжть пикочъ-тъ имъ оставя много варовить талогъ.

Откакъ ся покажжть тія бѣлѣзи чясто минувать три четиры мѣсяца доклѣ да имъ подпухнжть много или малко ставове-ти и най-сѣтиѣ имъ ся искривять членове-ты или гръбнакъ-тъ.

Не ся искривявать само кости-ты на крака-та и на гръбнака; по нѣкой пжть ся искривявать доста и кости-ты на корыто-то, а това у момичета-та е много лошо нѣщо, зацо-то испослѣ докарва мжнотіж или май невъзможность въ да станжть майкы. Родителіе-ти трѣбува да бжджть будни и все да имжть прѣдъ очи, че може да ся искривять тия