

Otto Spamer in Leipzig.

[51722]

Ich verlande heute folgendes 48. Rundschreiben 1893:

Leipzig, den 14. Dezember 1893.

P. P.

In der ersten Hälfte des Januar gelangt zur allgemeinen Versendung, steht jedoch fest und bar schon jetzt zu Diensten:

Die diätetische Küche.

Mit besonderer Berücksichtigung

der Diät und der physikalischen Seilsfaktoren

bei Magen- u. Darmkrankheiten, Blutarmut, Nervosität, Korpulenz, Herzkrankheiten, Rheumatismus, Gicht u. Zuckerkrankheit.

— Für Aerzte und Laien. —

Von

Dr. m. d. Disqué,

Stabsarzt d. L., Kreisarzt a. D., Chefarzt der Stiftung „von Zimmermannsche Naturheilanstalt“ zu Chemnitz.

Inhalt:

Vorbemerkung.

Diätetische Küche.

- I. Wichtigkeit der Diät.
- II. Zusammensetzung und Nährwert unserer Speisen.
- III. Verdauung und Stoffwechsel.
- IV. Welche physiologisch-richtig zusammengesetzte Nahrung sollen wir zu uns nehmen?
- V. Naturgemäße Diät.
- VI. Verdaulichkeit der verschiedenen Nahrungsmittel.
- VII. Vermehrung der Verdaulichkeit der Nahrungsmittel durch ihre Zubereitung.
- VIII. Nährwert, Verdaulichkeit und Zubereitung der verschiedenen Nahrungsmittel.

Diät bei verschiedenen Krankheiten.

- I. Magen- und Darmkrankheiten.
 - II. Blutarmut und Bleichsucht.
 - III. Nervosität.
 - IV. Korpulenz (Fettsucht)
 - V. Herzkrankheiten.
 - VI. Gicht und Rheumatismus.
 - VII. Zuckerkrankheit (=harnruhr, Diabetes).
- Schlussbemerkung.
Register.

Preis: Geh. 1 M 50 $\frac{1}{2}$ ord., 1 M 15 $\frac{1}{2}$ no., 1 M bar;

gebunden 1 M 80 $\frac{1}{2}$ ord., 1 M 40 $\frac{1}{2}$ no., 1 M 25 $\frac{1}{2}$ bar.

13/12 Exemplare geheftet 12 M bar; gebunden 15 M 25 $\frac{1}{2}$ bar.

Der Verfasser möchte unser besonderes Augenmerk auf die physiologisch-richtige Zusammenstellung einer naturgemäßen Ernährung

richten. Durch Aufstellung von Speisezetteln, in welchen für die verschiedenen Krankheiten die täglich aufzunehmende Menge von Eiweiß, Fett, Kohlehydraten, Wasser und Salzen angegeben ist, glaubt derselbe etwas Neues zu bringen und zu zeigen, daß man sich vor Einseitigkeit und Uebertreibung hüten müsse. Bei einer zweckmäßigen Ernährung sollen vor allem sämtliche Nährstoffe im richtigen Verhältnis stehen und in genügender Menge vorhanden sein.

Die „diätetische Küche“, die Zubereitung der verschiedenen Speisen einer naturgemäßen Diät, ist ein wichtiger Teil des Buches. Viele Kranke werden in Bezug auf Zubereitung von Krankenkost wertvolle Anhaltspunkte finden. Anschließend an die diätetische Küche sind auch diejenigen Krankheiten besprochen, bei deren Behandlung die Diät die größte Rolle spielt.

„Die diätetische Küche“

wird sich als ein sehr brauchbares und daher nützliches Buch für jedermann erweisen, denn wie viele Krankheiten sind auf sogenannte „Diätfehler“ zurückzuführen, könnten also verhütet werden, wenn die Ernährung der Beschaffenheit des betreffenden Organismus angepaßt und eingerichtet würde.

„Die diätetische Küche“ ist ein Volks- und Familienbuch im besten und weitesten Sinne des Wortes, das in keinem Haushalte fehlen und dem üblichen Kochbuche unbedingt zur Seite gestellt werden sollte, um als Berater in gesunden wie kranken Tagen zu dienen.

Es ist ein Buch, das mühelos und an jedem Orte in Partien abgesetzt werden kann.

Der „Diätetischen Küche“ inhaltlich verwandt, sind nachgenannte zwei Werke erneut zu empfehlen:

Die

diätetische Blutentmischung

(Dysämie)

als Grundursache aller Krankheiten.

Ein Beitrag

zur Lehre von der Krankheitsdisposition und Krankheitsverhütung.

= Ein Buch sowohl für jene, welche gesund machen, als auch für solche, die gesund bleiben oder werden wollen. =

Von

Dr. med. Heinrich Lahmann,

Besitzer des Sanatoriums „Weisser Hirsch“ bei Dresden.

= Dritte vermehrte und verbesserte

Auflage. =

Geheftet: Ladenpreis 1 M 50 $\frac{1}{2}$, in Rechnung 1 M 15 $\frac{1}{2}$, gegen bar 1 M.

Gebunden: Ladenpreis 1 M 80 $\frac{1}{2}$, in Rechng. 1 M 40 $\frac{1}{2}$, gegen bar 1 M 25 $\frac{1}{2}$.

Partleien: 13/12 Explre. geh. 12 M bar; geb. 15 M 25 $\frac{1}{2}$ bar.

28/25 Expl. geheftet 25 M bar; gebunden 32 M bar.

Das Buch
der vernunftgemäßen
Gesundheitspflege
in Haus und Familie.

Von

Dr. med. Hermann Schlesiinger.

Mit 78 Abbildungen.

Geheftet: 4 M ord., 3 M netto, 2 M 65 $\frac{1}{2}$ bar.

Gebunden: 5 M ord., 3 M 80 $\frac{1}{2}$ netto, 3 M 45 $\frac{1}{2}$ bar.

13/12 Exemplare geheftet 31 M 50 $\frac{1}{2}$ bar; gebunden 42 M bar.

Ich bitte zu bestellen.

Hochachtungsvoll

Otto Spamer.

Международная
Беллетристическая Библиотека

на русском языке,

издательская

Карломъ Мальковесомъ.

Собрание романовъ, повѣстей и рассказовъ новѣйшихъ писателей всѣхъ странъ.

(Malcomes' Internationale Russische Unterhaltungs-Bibliothek.)

[51584]

In Kürze erscheint:

I. Serie. Band III,

welcher zwei Erzählungen des bekannten russischen Schriftstellers P. Boborykin enthält:

Передъ нѣмъ-то (Am Scheidewege),
Трупъ (Die Leiche).

Der ausserordentlich fesselnde Inhalt dieses Bandes bietet eine günstige Gelegenheit, dem Unternehmen neue Freunde zu gewinnen:

überall, wo Russen wohnen, lässt sich leicht Absatz erzielen durch Vorlegen und fortgesetztes Ausstellen im Schaufenster!

Jeder Band ist einzeln käuflich und kostet:

broschiert: 2 M ord., 1 M 50 $\frac{1}{2}$ no., 1 M 30 $\frac{1}{2}$ bar;

gebunden 2 M 50 $\frac{1}{2}$ ord., 1 M 90 $\frac{1}{2}$ no., 1 M 70 $\frac{1}{2}$ bar.

Freiexemplare: 11/10 — 57/50 — 116/100.

Anfang nächsten Jahres erscheint:

Stimme des Himmels.

Neuester Roman von

Friedrich Spielhagen.

Einzige vom Verfasser autorisirte

russische Ausgabe.

Stuttgart.

Carl Malcomes

Verlagsbuchhandlung.