

In unserer Sammlung von Schriften für gemeinverständliche Ernährungslehre und Heilweise erschienen folgende Neuigkeiten, die zur
 (Z) (Z)
 Versendung bereitliegen:

Im Kampfe um bessere Nerven und größere Leistungsfähigkeit

von **Dr. med. Otto Schär**,
 leit. Arzt der Kuranstalt Monte Brè-Lugano
 143 Seit. 8°. Preis geheftet M. 1.75 ord., M. 1.25 no., M. 1.15 bar;
 gebunden M. 2.25 ord., M. 1.50 bar. Freieemplare 11/10.
 1-3 Probeexemplare bis 15. September mit 40%.

Der Verfasser, ein auf diesem Gebiete sehr erfahrener Praktiker, bekämpft in dieser Schrift die so vielgestaltigen Erscheinungsformen nervöser Erkrankungen mit allen der modernen Wissenschaft bekannten Waffen und verfügt über eine klare, dem Laien verständliche Darstellungsweise. In Anbetracht des unbeschränkten Absatzreises wird sich die Verwendung durch Versendung u. Auslage für Sie sicher lohnen.

Schlafstörungen

von **Dr. med. Otto Schär**,
 leit. Arzt der Kuranstalt Monte Brè-Lugano.
 76 Seit. 8°. Preis geheftet M. 1.25 ord., M. —.90 no., M. —.80 bar;
 gebunden M. 1.75 ord., M. 1.15 bar. Freieemplare 11/10.
 1-3 Probeexemplare bis 15. September mit 40%.

Wie das nebenstehend angezeigte Werk desselben Verfassers ist auch dieses auf die breiteste Öffentlichkeit berechnet. Es bekämpft namentlich die gedankenlose Verwendung künstlicher Schlafmittel und weist Wege, wie man auf die verschiedenartigste Weise dem weitverbreiteten Leiden oft mit den einfachsten Mitteln erfolgreich entgegenarbeiten kann. Auch diese Schrift ist bei einigem Interesse mit Leichtigkeit abzulesen.

Unsere großen Ernährungstorheiten

von **Dr. med. et phil. Th. Christen**,
 Privatdozent der Universität Bern.
 3., vermehrte Auflage. 82 Seiten 8°.
 Preis geheftet M. 1.25 ord., M. —.90 no., M. —.80 bar; ge-
 bunden M. 1.75 ord., M. 1.15 bar. Freieemplare 11/10.
 1-3 Probeexemplare bis 15. September mit 40%.

Der schnelle Absatz zweier starken Auflagen beweist zur Genüge, daß die Lehren des Verfassers, der die herrschende Überschätzung der Eiweißernährung, namentlich des Nährwertes des Fleisches mit großem Geschick bekämpft, auf fruchtbaren Boden gefallen sind. Das Buch macht für sich selbst von Hand zu Hand die beste Propaganda, und viele Firmen beziehen andauernd Partien.

Die Nahrungs- und Genußmittel, ihre Zusammensetzung u. ihr Einfluß auf die Gesundheit, mit besonderer Berücksichtigung der Aschenbestandteile

von **Ragnar Berg**
 Vorstand des physiol.-chem. Laboratoriums in Dr. Lahmanns
 Sanatorium auf Weißer Hirsch.
 60 Seiten groß-8°. Kartoniert M. 3.40 ord., M. 2.55 no.,
 M. 2.40 bar. Freieemplare 11/10.

Dieses Tabellenwerk ist eine auf ernfeste Studien begründete Arbeit von hohem wissenschaftlichen Wert und für jeden Arzt, besonders Ernährungsphysiologen und Chemiker, ferner für Krankenhäuser, Sanatorien, Kliniken und verwandte Anstalten von größtem Interesse. Auch gebildete Laien kommen als Käufer in Frage. Eine sachgemäße Versendung wird entsprechende Erfolge zeitigen.

Sur freundlichen weiteren Verwendung empfehlen wir bei dieser Gelegenheit die vor kurzem erschienenen Werke:

Z Kochbuch strenger Diät **Z** für Zuckerkrankte

von **Frau Helene Kraft-Weißer Hirsch**
 nach Anweisung von Sanitätsrat **Dr. G. Beyer**
 Arzt in Lahmanns Sanatorium, Weißer Hirsch.
 266 Seit. 8° in Ganzleinen M. 4.50 ord., M. 3.20 no., M. 3.— bar
 und Freieemplare 11/10.

Trotzdem erst kurze Zeit seit dem Erscheinen des Buches verfloßen ist, erfreut es sich steigenden Absatzes. Es kommt namentlich für wohlhabende Kranke, die trotz strenger Diät auf kulinarische Genüsse und reiche Abwechslung nicht verzichten wollen, in erster Linie in Betracht. Halten Sie es gefl. stets am Lager und legen Sie es bei Bedarf ja mit vor. Mit seinen 600 Rezepten ist es das reichhaltigste Buch seiner Art.

Das Fasten als Heilmethode Wirkungen u. Ver- haltensmaßregeln Gemeinfachliche Abhandlung für Laien, die eine Fasten- kur machen wollen, und praktische Hinweise für Ärzte, die noch keine Erfahrung darin haben

von **Dr. Friedrich von Segesser**
 leitender Arzt der Kuranstalt Sennrüti in Degerersheim (Schweiz)
 89 Seiten 8°. Geheftet M. 1.25 ord., M. —.90 no., —.80 bar;
 gebunden M. 1.75 ord., M. 1.15 bar. Freieemplare 11/10.

Tausenden von Kranken wird das Büchlein den Weg zur Gesundheit zeigen; aber auch Gesunden ist es zu empfehlen, weil der Verfasser darin auf die fast allgemein verbreitete falsche Ernährungsweise, eine Hauptursache der meisten Krankheiten, insbesondere auch der gefährdeten und dem vorzeitigen Altern zugrunde liegende Arterienverkalkung eingeht und für jedermann nützliche Hinweise bezüglich einer gesundmachenden u. -erhaltenden Ernährungsweise gibt. Sortimenter, die die Strömungen der Zeit richtig beachten, werden dieses Buch andauernd auslegen und dann auch ständigen Absatz erzielen.

Das Fletchern

Ernährungs-ABC als Grundlage aller Körperkultur und
Krankheits-Bekämpfung

von **Dr. A. von Borosini**, Lehrer für Diätetik in München
 89 Seiten 8°. Geheftet M. 1.50 ord., M. 1.05 no., M. 1.— bar;
 gebunden M. 2.— ord., M. 1.30 bar. Freieemplare 11/10.

Die Methode lehrt weniger, was und wieviel wir essen sollen, als wann und wie wir essen sollen. Kein denkender Mensch, Arzt oder Laie wird sie befolgen, ohne dauernden Nutzen daraus zu ziehen. Zunächst gehört das Buch auch in die Hand jeder Frau. Es bringt ferner die einfachste Lösung der Fleischnotfrage und zeigt für Sportsjünger und Soldaten den Weg zu einer gewaltigen Steigerung der Leistungsfähigkeit. Der Name des Verfassers ist allmählich so bekannt geworden, daß auch dieses sein jüngstes Werk großer Verbreitung fähig ist.

Die Eßsucht u. ihre Bekämpfung durch Horace Fletcher

von **Dr. A. von Borosini**
 Lehrer f. diät. Körperkultur in München
 4. Aufl. 8°, 280 Seit. Geh. M. 4.— ord., M. 2.80 no., M. 2.65 bar;
 gebunden M. 5.— ord., M. 3.30 bar. Freieemplare 11/10.

Daß das Buch innerhalb wenig mehr als Jahresfrist in vier Auflagen mit zusammen 10000 Expl. gedruckt werden konnte, dürfte wohl ein Beweis dafür sein, daß es notwendig war, auf die Schäden der Eßsucht aufmerksam zu machen. Im übrigen wird noch auf Jahre hinaus nach ihm gefragt werden, und es sollte auf einem gut geleiteten Lager immer zu finden sein.

Für alle vorgenannten Werke arbeiten wir durch fortgesetzte Besprechungen und Anzeigen in den gelesensten Blättern dem Sortiment in die Hände. Den vielen Herren Kollegen, die für unsern Verlag tätig sind, danken wir bestens und bitten alle bisher abseits stehenden zum eignen Wohl sich für die gut ausgestatteten und wirklich dauernd absetzfähigen Werke freundlichst zu verwenden. Verlangzetteln liegen der Nummer bei.

Dresden

Holze & Pahl, Verlagskonto.