Die Stuhlträgheit

und die vom Darm ausgehende Selbstvergiftung sowie ihre erfolgreiche Behandlung

Von Dr. med. Siegfried Möller

Das Erdendasein des einzelnen Menschen wird nur zu leicht durch Krankheit und körperliche Gebrechen verdüstert. Viele kämpfen gegen diese letzteren an, aber sehr häufig ist das Bemühen, sich von chronischen Leiden zu befreien, von geringem oder gar keinem Erfolge gekrönt. Es werden allfällige Ursachen der Gesundheitsstörung nicht erkannt und daher auch nicht die Mittel zu ihrer Abhilfe gefunden.

So sind es vor allen Dingen die täglichen Vorgänge der Verdauung, welche von wesentlichem Einfluß auf Gesundheit und Leistungsfähigkeit, auf Krankheit und langsames Dahinsiechen sind. Die Zusammenhänge zwischen Verdauungsstörungen, so insbesondere der chronischen Darmträgheit, und den verschiedensten Beschwerden und allgemeinen Gesundheitsstörungen sind leider in weiten Kreisen nicht bekannt. Die so überaus häufige Darmschwäche wird meist einem alten Schlendrian nach mit Pillen und Mixturen bekämpft. Der eigentlichen Ursache geht man aber nicht auf den Grund.

In dem vorliegenden Bande wird uns nun die Wichtigkeit einer normalen Verdauung klargelegt, es wird uns gezeigt, daß nur aus ihr Gesundheit und wahre Lebensfreude entspringen kann, und daß Störungen in der Verdauung und in der Stuhlentleerung, wenn sie längere Zeit dauern, und chronisch werden, mit unabwendbarer Gewißheit zu Schädigungen des ganzen Körpers führen müssen. Das geheimnisvolle Walten der Darmbakterien und ihr Zusammenhang mit dem Gedeihen unseres Körpers lernen wir kennen, und wir erfahren, daß diese kleinen Lebewesen, welche wir im Darme zu Milliarden beherbergen, nicht nur akute Darmstörungen, sondern auch chronische Leiden der verschiedensten Art und Krankheitserscheinungen an den verschiedensten Organen hervorrufen und schließlich auch vorzeitiges Altern und frühen Tod verursachen können. Die richtige Behandlung der chronischen Stuhlverstopfung, der chronischen Darmschwäche, Übel, an denen heutzutage Tausende von Menschen leiden, ist daher von weittragender Bedeutung für das körperliche und geistige Wohlbefinden des Einzelnen.

Das mannigfache Rüstzeug eines vorurteilsfreien Arztes, der das Gute nimmt, woher es auch kommen mag, ist hier ausführlich beschrieben, und wir erfahren, daß es dank dieser neuartigen Methode auch in schwierigen Fällen möglich ist, die Verdauung zu regeln und damit Arbeitsfähigkeit und Gesundheitsgefühl, welche oft jahrelang entbehrt wurden, wieder herzustellen und dem Schiff des Lebens wieder einen neuen erfolgverheißenden Kurs zu verleihen. Gerade in heutiger Zeit, die mehr denn je volle Leistungsfähigkeit und einen klaren Kopf erfordert, wird d. vorlieg. Broschüre vielen Menschen nicht nur reichl. Anregung, sond. dauernden Nutzen zu bringen imstande sein.

Inhalt:

Die Verdauungsorgane und ihre Tätigkeit. — Der Stuhl und seine Beschaffenheit. — Die Darmbakterien und ihre Bedeutung. — Die Ursachen der Darmträgheit. — Einfluß der Darmträgheit auf die Verdauung. — Die Folgen der Darmträgheit für den Darm und seine Umgebung. — Die vom Darmkanal ausgehende Selbstvergiftung des Körpers. — Die Beziehung der Darmträgheit zur Harnsäurebildung und zu den Harnsäurekrankheiten. — Der Zusammenhang zwischen Lebensdauer und der vom Darm ausgehenden Selbstvergiftung. — Die Behandlung der chronischen Stuhlverstopfung. — Die Bekämpfung der Darmkrankheiten. — Die Behandlung der vom Darm herrührenden Selbstvergiftung.

Oktav-Format, 160 Seiten

Gesamtpreis, zuzüglich Porto M. 9.60

Ⓩ **Rabatt:** Einzelne Exemplare mit 45%
50 Exemplare und mehr mit 50%

Verlag der Literaturwerke „Minerva"
K. Max Lippold, Leipzig

Das diätetische Heilverfahren Schroth

und seine Verbesserungen und Erleichterungen im Lichte m Forschung.

Von Dr. med. Siegfried Möller

Das vorliegende Buch führt den Leser auf ein Gebiet, das die leidende Menschheit von größter Bedeutung ist. handelt sich um das diätetische Heilverfahren Schroths, sich in allen Kreisen des deutschen Volkes einen großen Ruf worden hat, trotzdem ihm seitens der wissenschaftlichen Medizin gar keine Beachtung zuteil geworden war. Die Erfolge, die d Heilmethode aber in unzähligen chronischen Krankheitsfällen er hat, sind um so auffallender, weil ja ihr erst dann die Zuf genommen wird, wenn alle anderen Heilverfahren versagt ha

Ein bewährter ärztlicher Kenner dieser Kur, der sich seit nahe 20 Jahren mit derselben in einer ausgedehnten Spezialpraxis schäftigt und dieselbe in seiner rühmlichst bekannten Heilanstal Tausenden von Fällen studiert hat, macht uns hier mit dieser Me bekannt. Er begründet vor allem die umfangreiche Wirkung Kur für ein so weites Gebiet, wie es die verschiedenen chroni Krankheiten darstellen, durch die Feststellung der gemeinschaftli Ursache, welche in einer falschen Ernährungsweise zu suchen

Daher ist es klar, daß das Heil der Abhilfe auch nur in e auf Ernährung basierten Heilmethode beruhen kann. In der ruft denn auch die strenge diätetische Behandlung der Schroth eine schnelle und durchgreifende Umwälzung in dem chronisch-kra Körper hervor. In mehr oder minder heftigen Krisen treten im Körper vorhandenen Heilkräfte in Erscheinung, welche Aufflackerung der Krankheitsstoffe verursachen und ihre Ausstoß durch die Ausscheidungsorgane veranlassen.

Wie die mit den Krisen einhergehenden unangenehmen scheinungen gemildert und erträglich gemacht werden, und wie durch die früher wegen ihrer Strenge gefürchtete Kur zu einer für den schwachen Menschen leicht durchführbaren gemacht wer kann, lernen wir zum ersten Male hier kennen. Für die be ragende Wirkung der Kur sprechen nicht nur Urteile aus Le mund, sondern auch Ärzte, die sich mit ihr beschäftigt haben, für dieselbe in begeisterten Worten eingetreten.

In 20 begründenden Sätzen wird dieser Kurmethode eine wissenschaftliche Stütze verliehen. Dem Laien werden aber immer meisten die praktischen Erfolge, wie sie a. d. zahlreichen mitgeteilten Krankengeschichten und Kurberichten sprechen, in die Augen fal

Mit Recht sagt der Verfasser, daß wir in der Schrothkur Behandlungsweise besitzen, die in der Mehrzahl der Fälle chroni Krankheiten mit fast mathematischer Sicherheit zum unbedin Erfolg, d. h. zur wesentlichen Hebung des Gesundheitszusta zu führen imstande ist.

Inhalt:

Einführung. — Die gebräuchliche Nahrungsmenge als Krankh ursache. — Die Qualität der Nahrung als Krankheitsursache. — Harnsäurethesis. — Die Schrothkur, ihre Erscheinung und klärung ihrer Wirkung. — Für welche Krankheiten und Symp ist die Schrothkur geeignet? — Erleichterungen und Verbesseru der Schrothkur. — Unterstützung der Kur durch Kalium und a Nährsalze. — Urteile von Ärzten und Patienten über die Ku Die Kombination der diätetischen Methoden von Schroth Lantani. — Schrothkur und Wissenschaft. — Kurze Begründ der Schrothkur. — Anhang: Krankengeschichten und Kurber

7., vermehrte und verbesserte Auflage

Oktav-Format, 176 Seiten

Gesamtpreis, zuzüglich Porto M. 9.35

Ⓩ **Rabatt:** Einzelne Exemplare mit 45%
50 Exemplare und mehr mit 50%

Verlag der Literaturwerke „Minerv
K. Max Lippold, Leipzig

Die Kunst des Essens

und ihr Einfluß auf Gesundheit, Kraft und langes Leben!

Von Dr. med. Siegfried Möller

Die Ernährungsfragen sind unter der großen Not der Zeit in den Vordergrund getreten. Früher an eine üppige und reichliche Kost gewöhnt, ist das deutsche Volk durch den Krieg auf eine knappe Ration gesetzt worden. Besonders jetzt ist es daher Pflicht eines Jeden, aus der Unwissenheit, die über Ernährungsfragen geherrscht hat, herauszukommen, zumal da die bisher geltenden Anschauungen über die Ernährung und die im Publikum herrschenden Eß- und Trinkgewohnheiten zu weit verbreiteten chronischen Beschwerden geführt hatten und Nervenkrankheiten, sowie Schwäche des Körpers und Geistes hatten entstehen lassen.

Hier tritt in erlösender Weise die abgenannte Broschüre in Erscheinung, in der der Verfasser in anschaulicher Weise die Quelle des Übels zeigt, gleichzeitig aber auch den meisten bisher unbekannte Wege weist, die durch ihre Einfachheit verblüffen und durch ihre Wirksamkeit in Erstaunen setzen. Die Verkehrtheiten unserer heutigen Lebensweise, unserer verkehrten Eß- und Trinkgewohnheiten, die der wissenschaftlich erprobten Grundlage entbehren, werden in unerbittlicher Weise aufgedeckt, und es wird gezeigt, wie nicht nur der einfache Bürger, sondern auch der intellektuelle Mann sich von der Jugend bis zum Alter eines lebenzerstörenden und kraftvernichtenden Übermaßes an Speise und Trank hingaben, u. wie selbst die Ärzte auf diätetischem Gebiet in falschen Vorurteilen befangen, alles Heil nur in einer Überernährung sahen, die letzten Endes nur das Gegenteil des beabsichtigten Zweckes zur Folge hatte.

So viele Angehörige des Mittelstandes klagen darüber, daß ihre Einkünfte zur Bestreitung der täglichen Lebensbedürfnisse nicht zulangen wollen. Hier wird ein sicherer Weg gezeigt, um die Wirtschaftskosten zu erniedrigen, den Genuß des Lebens aber zu erhöhen und gleichzeitig die Gesundheit in ungeahnter Weise zu kräftigen. Die Kunst des Essens hat große Wirkungen, sie nimmt einer großen Schar von Kranken die Last ihrer Leiden ab und führt sie einem neuen, beschwerdefreien Leben und einem neuen verheißungsvollen Dasein entgegen. Sie beeinflußt aber auch das Wohl und Wehe des ganzen Volkes und ist bei richtiger Durchführung imstande, unserer Nation, die sich vor dem Kriege, wie die sinkende Geburtsziffer zeigt, auf einem höchst abschüssigen Wege befand, die Bahn zu einem neuen Leben und zu neuen erfolgreichem Aufschwung frei zu machen und es zu befähigen, den gewaltigen Anforderungen, welche die schicksalsschwere Zukunft an dasselbe stellen wird, gerecht zu werden.

Inhalt:

Was denkt, tut und treibt die moderne Welt? — Was sagen die Weisen und Philosophen des klassischen Altertums? — Cornaro ein leuchtendes Beispiel der Mäßigkeit. — Der Amerikaner Fletcher und seine Entdeckung. — Gründliches Kauen und die gewaltige Bedeutung desselben für den Organismus. — Wie erreichen wir bei sparsamstem Nahrungsverbrauch größte Kraft, Ausdauer und Wohlbefinden? — Die Widerlegung der Hauptirrtümer der bisher geltenden Ernährungslehre. — Die Verringerung der Mahlzeiten, Unterernährungskuren und völlige Nahrungsentziehung in ihrer Bedeutung für unseren Körper. — Erfahrungen während des Krieges: Geburtsrückgang und Ernährung; Schlußbetrachtungen.

2., verbesserte Auflage

Oktav-Format, 192 Seiten

Gesamtpreis, zuzüglich Porto M. 6.95

Ⓩ **Rabatt:** Einzelne Exemplare mit 45%
50 Exemplare und mehr mit 50%

Verlag der Literaturwerke „Minerva"
K. Max Lippold, Leipzig

Ernährungskuren

und ihre Erfolge, besonders in chronischen Krankheiten

Zeitgemäße Abhandlung für Gesunde und Kranke

Von Dr. med. Siegfried Möller

Die Zeiten, in denen die kranke Menschheit alles Heil nur von einem ihr unverständlichen Rezept des Arztes, von tausendfach Arzneimitteln erwartete, sind vorbei. Sowohl die Leser, als auch die Ärzte haben eingesehen, daß eine große Zahl anderer Faktoren zur Gesundung des Körpers mit beigetragen haben. Ein solcher wichtiger Faktor ist die Ernährung in ihrer für die einzelnen Krankheitsfälle angepaßten verschiedenen Gestaltung. Es ist ja auch klar, daß die Nahrung, die den Körper aufbaut, ein wesentliches und wichtiges Mittel bedeutet, um gestaltend und umändernd auf den Organismus einzuwirken.

Die erstaunliche Mannigfaltigkeit derartiger Ernährungskuren tritt uns in dem vorliegenden Werk eines auf diesem Gebiete erfahrenen Spezialisten entgegen, und wir vernehmen, wie stark solche Kuren in das Getriebe des menschlichen Stoffwechsels eingegriffen vermögen, wie durch dieselben die krankhaft zusammengesetzten Gewebe umgeändert und neu aufgebaut werden, und wie die oft auf Abwegen befindlichen Funktionen der einzelnen Organe wieder in normale gesunde Bahn geleitet werden können. Auf diese Weise ist es möglich, Krankheitsfälle, die bisher allen anderen Methoden getrotzt hatten, günstig zu beeinflussen, bis schließlich der Organismus aus den Banden der Krankheit völlig befreit ist.

Der Arzt kann aber durch seine Vorschriften allein das zu erstrebende Ziel der Krankheitsbeseitigung nicht erreichen, es gehört hierzu die Mitarbeit des Leidenden. Zu diesem Zwecke muß der letztere auch mit dem Wesen der einzelnen Ernährungskuren vertraut sein, um keine Fehler zu begehen und um nicht die Absichten des Arztes zu durchkreuzen. Deshalb hat der Verfasser die einzelnen Kuren genau beschrieben und sie auch wissenschaftlich begründet, sodaß dem Patienten der Zusammenhang der Dinge klar wird.

Aber auch derjenige, der nicht schwerkrank ist und sich deshalb keinen strengen Kuren unterziehen will, sondern der nur bestrebt ist, sich gesund zu erhalten, wird von der Lektüre dieses Buches Nutzen haben. Besonders für die Anhänger der naturgemäßen Lebensweise ist das Buch mit in erster Linie geschrieben. Gerade sie werden durch dasselbe ihre Kenntnisse vermehren können und auf Fehler aufmerksam gemacht werden, die besonders in diesen Kreisen in bester Absicht begangen werden.

Inhalt:

Vorbemerkungen. — Diät in akuten, fieberhaften Krankheiten. — Die vegetarische Diät. — Die harnsäurefreie Diät nach Haig. — Die Rohkost. — Die Obstdiät. — Die Dennomedizin. — Die Trendelkur. — Die Kürbiskur. — Die Trockenkur des Johannes Schroth. — Die Diätkur nach Lantani-Schroth. — Die Fastenkur. — Das Heilfasten. — Die Entgiftungskur nach Dr. Bircher. — Die Kurellur. — Die Milchkur nach amerikanischer Art. — Die Kefirkur. — Die diätetische Behandlung der Zuckerkrankheit. — Diät zur Erzielung leichter Geburten. — Schlußbemerkung.

Oktav-Format, 256 Seiten

Gesamtpreis, zuzüglich Porto M. 8.15

Ⓩ **Rabatt:** Einzelne Exemplare mit 45%
50 Exemplare und mehr mit 50%

Verlag der Literaturwerke „Minerva"
K. Max Lippold, Leipzig

SLUB
Wir führen Wissen.