Die Stuhlträgheit

und die vom Darm ausgehende Selbstvergiftung sowie ihre erfolgreiche Behandlung

Von Dr. med. Siegfried Müller

Das Erbrechen des einzelnen Menschen wird nur zu leicht durch Krankheit und körperliche Gebrechen beeinträchtigt. Viele kämpfen gegen diese Übeln an, aber sehr häufig ist das Bemühen, sich von chronischen Leiden zu befreien, von geringem oder gar keinem Erfolge gekrönt. Es werden allgemeine 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 öffentliche und geistige Wohlbefinden des Einzelnen.

Das mannigfache Rätsel eines verurteilsfreien Arztes, der das Gute sieht, merkt 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. vorliegende Broschüre vielen Menschen nicht nur reichl. Anregung, sondr. 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.

Octav-Format, 160 Seiten

Gesamtpreis, sauberst geheftet M. 9.60

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

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

Das diätetische Heilverfahren Schroths

und seine Verbesserungen und Erleichterungen im Lichte neuer Forschung.

Von Dr. med. Siegfried Müller

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

Ein berufener ärztlicher Kenner dieser Kur, der sich seit mehrere 30 Jahren mit derselben in einer ausgedehnten Spezialpraxis beschäftigt und dieselbe in seiner allbekannt bekannten Heilanstalt in Tausenden von Fällen studiert hat, macht uns hier mit dieser Methode bekannt. Er begründet vor allem die umfangreiche Wirkung der Kur für ein so weites Gebiet, wie es die verschiedenen chronischen Krankheiten darstellen, durch die Feststellung der gemeinschaftlichen Ursache, welche in einer falschen Ernährungsweise zu suchen ist.

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

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

In 21 begründenden Sätzen wird dieser Kurmethode eine feste wissenschaftliche Stütze verliehen. Dem Laien werden aber immer am meisten die praktischen Erfolge, wie sie a. d. zahlreichen mitgeteilten Krankengeschichten und Kurberichten sprechen, in die Augen stechen.

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

Inhalt:

Einleitung. — Die gebräuchliche Nahrungsaufnahme als Krankheitsursache. — Die Qualität der Nahrung als Krankheitsursache, Heigs Harnsäuretheorie. — Die Schrothkur, ihre Erscheinung und Erklärung ihrer Wirkung. — Für welche Krankheiten und Symptome ist die Schrothkur geeignet? — Erleichterungen und Verbesserungen der Schrothkur. — Unterstützung der Kur durch Kaliumsalz und andere Nährsalze. — Urteile von Ärzten und Patienten über die Kur. — Die Kombination der diätetischen Methoden von Schroth und Cantani. — Schrothkur und Wissenschaft. — Kurze Begründung der Schrothkur. — Anhang: Krankengeschichten und Kurberichte.

7., verbesserte und verbesserte Auflage

Octav-Format, 176 Seiten

Gesamtpreis, sauberst geheftet M. 9.35

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

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

Die Kunst des Essens

ihr Einfluß auf Gesundheit, Kraft und langes Leben!

Von Dr. med. Siegfried Müller

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 nicht eines Jedem, was 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 Gebrechen des Körpers und Geistes hatten entstehen lassen.

Hier tritt in erklärender Weise die obengenannte Broschüre in Erscheinung, in der der Verfasser in anschaulicher Weise die Quelle alles 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 bisherigen 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 studierte Mann sich von der Jugend bis zum Alter eines lebenzerstörenden und kräftezehrenden Übermaßes an Speise und Trank hingaben, und 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 Angebote des Mittelstandes klagen darüber, daß ihre Einkünfte zur Bestreitung der täglichen Lebensbedürfnisse nicht ausreichen 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 befähigt 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 Wahr zu einem neuen Leben und zu neuem 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. — Gesundliches 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: Geburtenrückgang und Ernährung; Schlußbetrachtungen.

2., verbesserte Auflage

Octav-Format, 192 Seiten

Gesamtpreis, sauberst geheftet M. 6.95

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

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

Ernährungskuren

und ihre Erfolge, besonders in chronischen Krankheiten

Zeitgemäße Abhandlung für Gesunde und Kranke

Von Dr. med. Siegfried Müller

Die Zeiten, in denen die kranke Menschheit oftes Heil nur von einem ihr unverständlichen Regime des Arztes, von tausenderlei Arzneimitteln erwartete, sind vorbei. Sowohl die Laien, 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 geheilt und umwandelnd 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 Gebiete des menschlichen Stoffwechsels einzugreifen vermögen, wie durch dieselben die Krankheit zusammengesetzten Gewebe umgebildet und neu aufgebaut werden, und wie die oft auf Abwegen befindlichen Funktionen der einzelnen Organe wieder in normale gesunde Bahn gelenkt werden können. Auf diese Weise ist es möglich, Krankheitsfälle, die bisher allen anderen Methoden getrotzt hatten, günstig zu beeinflussen, ja 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 Dennemarkdiät. — Die Traubenkur. — Die Kirschkur. — Die Trockenkur des Johannes Scheth. — Die Diätkur nach Cantani-Schroth. — Die Fastenkur. — Das Halbfasten. — Die Entgiftungskur nach Dr. Gurlitz. — Die Karottenkur. — Die Milchkur nach amerikanischer Art. — Die Reisekur. — Die diätetische Behandlung der Zuckerkrankheit. — Diät zur Erzielung leichter Geburten. — Schlußbemerkung.

Octav-Format, 256 Seiten

Gesamtpreis, sauberst geheftet M. 8.15

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

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

SLUB
Wir führen Wissen.