

Der „Hausarzt der fünf Kontinente“ zieht hier die Summe seiner Erfahrungen und Beobachtungen über eine vernünftige, gesund erhaltende Lebensführung

Mitte März erscheint

VICTOR HEISER

Du bist dein Arzt

Aus dem Amerikanischen übersetzt von Rudolf von Scholz. 280 Seiten. In Leinen M 6.—

Der berühmte Arzt und Weltreisende, dessen Rat und Tatkraft Hunderttausende ihr Leben verdanken, ist wie kein zweiter berufen, den Lesern seiner „Weltfahrt“ und mit ihnen allen denkenden Menschen ein Vademekum der Gesundheit in die Hand zu drücken. Er schreibt nicht für Kranke, sondern greift getreu seinem Lebenswerk als Sendbote der verhütenden Medizin mit der Fülle seiner Erfahrung in den Alltag des Gesunden (oder leidlich Gesunden) und gibt Seite um Seite, bald launig, bald warnend mit Belehrung und drastischen Beispielen Ratschläge, wie man sich zu verhalten habe, um Krankheiten und Altersgebrechen aus dem Wege zu gehen. Er spricht in dieser Weise von jedermanns Sorgen, vom Baden und Sonnen, Zähneputzen und Schlafen, vom Schnupfen, vom Dicksein und Dünnwerden und von der ganzen lust- und gefahrvollen Speisekarte des Lebens, vom Zuckelgläschen bis zum Pfeifenkopf, von Salaten und Braten, Kremtörtchen und Vitaminen. Daß er, der von allen Tischen der Welt gekostet, in allen Sonnen geschwitzet, in allen Winden sich erfrischt und immer Natursinn und Lust am Leben bewahrt hat, nicht als grämlicher Fastenprediger kommt, wird jeder wissen, der den heiteren Erzähler aus 45 Ländern kennt. Aber auch, daß er mit jeder Zeile auf ernster, nachgeprüfter Forschung fußt und fast mehr noch gegen Vorurteile, Aberglauben und Sturheit als gegen Bazillen und Gifte zu Felde zieht. „Daß wir der süßen Frucht des Lebens den letzten Tropfen Freude auszupressen vermöchten“ — dieser Wunsch des großen Helfers ist der Kern und eigentliche Wert dieser reifen Gabe des rüstig Gealterten.

Früher erschien von Victor Heiser:

Eines Arztes Weltfahrt

Ⓜ

Erlebnisse und Abenteuer in 45 Ländern. 30. Tausend. In Leinen M 8.—

Ⓜ

Quelllieferung für die Ostmark und den Südboden: Alexander S. Kuhn, Wien, für die Schweiz: Schweiz. Vereinspost., Olten, für Ungarn: Buchhandlung A. G., Budapest

DEUTSCHE VERLAGS-ANSTALT STUTTGART