

Im Jahre 1939 übernahmen wir aus dem Hippokrates-Verlag*):

Gesundes Leben

Illustrierte Monatsschrift für alle Fragen der Gesundheit und der Lebensführung

Was will „Gesundes Leben“?

„Jeder einzelne hat die Pflicht, seine Gesundheit zu erhalten, und zwar nicht nur im eigenen Interesse, sondern auch im Interesse der Volksgemeinschaft.

Krankheiten sind zum größten Teil selbstverschuldet: aus Unkenntnis, aus Leichtsinne, oder aus Bequemlichkeit. „Gesundes Leben“ will dem Leser zeigen, wie er durch richtige Lebensweise verhüten kann, daß er krank wird, und den kranken Leser unterrichten, was er außer der ärztlichen Behandlung für seine Gesundheit tun kann.

„Gesundes Leben“ hat bereits begonnen, Aufsätze zu bringen, die den Leser systematisch über seinen Körper, dessen Teile und Organe und ihre Funktionen aufklären, und wird damit laufend fortfahren. Daneben will „Gesundes Leben“ über neuere Forschungen auf medizinischem Gebiet, über Ernährung und überhaupt alles berichten, was in Beziehung zu einem gesunden Leben steht.

Dabei vertritt „Gesundes Leben“ keine bestimmte medizinische Richtung, sondern wird das Beste aus den verschiedenen Lehrmeinungen zu Worte kommen lassen. Auch auf dem Gebiet der Ernährung ist „Gesundes Leben“ nicht einseitig eingestellt: es propagiert also z. B. weder Vegetarismus noch Rohkost, sondern möchte ganz allgemein Wege zu einer vernünftigen und gesunden Ernährung weisen. Wenn „Gesundes Leben“ auch eine Reform der durchschnittlich üblichen Lebensführung anstrebt, weil sie falsch oder fehlerhaft ist, so sind doch seine Bestrebungen nicht mit der als „Lebensreform“ bekannten Bewegung gleichzusetzen.

„Gesundes Leben“ vertritt deswegen keine extreme Richtung, weil hinsichtlich des Organismus keine zwei Menschen gleich sind, sich also keine Regeln aufstellen lassen, die für all und jeden Gültigkeit haben. Wir wollen jedem Leser Gelegenheit geben, an Hand der von zuverlässigen Fachleuten verfaßten Aufsätze selber herauszufinden, was gerade ihm guttut.“

(Vorwort aus „Gesundes Leben“, Mai 1940)

Inhalt von „Gesundes Leben“:

April:

Dr. med. Ruperta Bottenberg: Der Stoffwechsel — Dr. Victor Heiser: Essen — falsch und richtig! — Dr. med. et phil. Gerhard Venzmer: Ein unfreiwilliges Ernährungsexperiment — Ernst Hünicke: Das Deutsche Rote Kreuz auch im Luftschutz ein getreuer Helfer — Dr. Gerhard Zierau: Sommerzeit und Gesundheit — Dr. Walther von Hollander: Die Krise der Lebensmittel vom Manne her gesehen — Das „Gesundheitsbüchlein“ — Etwas von Büchern.

Mai:

Das Nervensystem — Dr. Gerhard Zierau: Erhaltung der Schaffenskraft — im Kriege erst recht! — Reichsgesundheitsführer Staatssekretär Dr. Conti: Der Berufsstand der Hebamme — Prof. Dr. Franz Hamburger: Über die natürliche Technik der Kinderernährung — Prof. Dr. med. Wilhelm Heupke: Brot vor tausend Jahren und heute — Stadtobstmedizinalrat Prof. Dr. K. Kötschau: Umweltschädigungen — Dr. med. Hans Malten: Zur Hygiene des Klosetts — Aus dem Leserkreis — Etwas von Büchern.

Juni:

Augenarzt Dr. Carl Sasse: Vom gesunden und kranken Auge — Dr. Hans Hartmann: Gesundheitsführung als sozialistische Tat — Prof. Dr. J. H. Schultz: Seelische Entspannung und Nerven — Dozent Dr. G. R. Heyer: Hypnose und Entbindung — Prof. Dr. Adolf Basler: Der Fuß des Menschen und die Erhaltung seiner Gesundheit — Prof. Dr. Ernst Bergdolt: Die Bedeutung der Züchtungsforschung für die deutsche Ernährung — Zahnarzt Jahn: Der üble Mundgeruch — Etwas von Büchern.

Juli:

Dr. h. c. Ragnar Berg: Etwas über das Meerwasser — Dr. H. G. Hoffmann: Muß der Herzleidende sich grundsätzlich jeder Leibesübung enthalten? — Dr. Gerhard Zierau: Das deutsche Jugendherbergswerk / Für den Frieden geschaffen — im Kriege bewährt! — Professor Ludwig Feuerlein: Erfolgreiche Bekämpfung des Asthmas durch Stimmkraftübung — Prof. Dr. Heinrich Nelson: Lob des Schlafes — Dr. Ralph Bircher: Geisterstunde / Geistesstunde, Naturschlafprobleme — Etwas von Büchern.

Preis des Einzelheftes RM. —.50, 3 Monate RM. 1.25

Ältere Hefte als Probehefte kostenlos



VERLAG LUKEN & LUKEN • BERLIN SO 16

*) Wird bestätigt: Hippokrates-Verlag, Stuttgart