

ESTICA

A-7110



Preisliste

über

Dr. med. Lahmann's Reform-Wäsche.

Lahmann-Agentur:

Fr. Nicolai,

Reval,

Lehmstrasse № 330.

Preisliste

über

Hildesheimer-Dörrgemüse.

Vollständiger Ersatz für frisches Gemüse.

Für 1 Päckchen von 100 Gramm für ca. 5—6 Personen reichend.

	R. C.
Perlbohnen	— 40
Wachsbohnen	— 40
Brechbohnen	— 30
Schnittbohnen	— 25
Erbsen „Kaiser“	— 40
„ I	— 35
„ II	— 32
„ III	— 28
„ IX	— 25
„ Marron	— 23
Savoyer Kohl	— 20
Weisskohl	— 18
Rothkohl	— 18
Grünkohl	— 20
Kohlrabi	— 20
Selderi	— 25
Karotten	— 15
Rüben	— 15
Spinat	— 30
Leipziger Allerlei	— 35
Hildesheimer Allerlei	— 20
Cocos-Nuss-Butter für 1 Ko. ca. 2 ¹ / ₂ Pf.	1 30

Eine Gebrauchsanweisung ist jedem Päckchen beigegeben.

Dr. Lahmann's
Reform-
Baumwoll-Unterkleidung.



19270

Lahmann-Agentur
FR. NICOLAI, REVAL.



Est. A



Дозволено цензурою. Ревель, 4. Декабря 1899 г.
Типо-литографія Авг. Куллапъ, Ревель, Земляная ул. 366.



H. Lehmann



Wissenschaftliche Begründung

der

Dr. med. Lahmann's

Reform-Baumwoll-Unterkleidung.

Dr. med. Lahmann sagt:

Es liegt in dem Gesetz des Stoffwechsels, dass die Ausscheidungsstoffe des Organismus, wenn sie im Körper zurückgehalten werden, Gifte für denselben sind. Wir haben vier Hauptausscheidungswege für Auswurf und Zersetzungsstoffe: Die Lungen, die Nieren, den Darm mit der Leber und endlich die Haut. Dass die Behinderung der Kohlensäure — Ausathmung durch die Lungen mit dem Leben sich nicht verträgt, dass die Zurückhaltung der Harnbestandtheile, die Zurückhaltung der mit der Galle abgeschiedenen Stoffe schwere Krankheitserscheinungen, ja den Tod im Gefolge haben, das wusste man schon lange; man wusste jedoch und weiss es heute auch vielfach noch nicht, dass für die Stoffe, die durch die Haut ausgedünstet werden, dasselbe Gesetz gilt. Man kannte eben diese Stoffe nicht. So waren die Physiologen lange getheilter Ansicht, woher es rühre, dass ein Thier, dessen Haut mit Firniss überzogen wurde, zu Grunde ging. Heute wissen wir, dass es flüchtige chemische Stoffe sind (Leukomaine und Ptomaine), welche die feineren Stoffwechselproducte im Körperhaushalt darstellen, neben den gröberen, die man als Auswurfstoffe schon seit je kannte. Diese Stoffe haben chemisch die allergrösste Verwandtschaft mit Fäulnis- und Zersetzungsstoffen von

totem organischen Material, z. B. mit dem Wurstgift, Käsegift u. s. w., sie wirken wie diese in genügender Concentration tödtlich“.

„Diesen Zersetzungsstoffen muss die Kleidung, die in erster Linie den Zweck hat, uns von der Witterung unabhängiger zu machen, den Durchgang ermöglichen, wenn anders die Kleidung nicht statt einer guten Freundin die gefährlichste Feindin des bekleideten Menschengeschlechtes werden soll, wie sie es leider geworden ist. — Die Zurückhaltung der Zersetzungsstoffe, die durch die Haut entweichen müssen, ist einmal die Ursache für alle rheumatischen Zustände, ferner für viele Nervenleiden, Lähmungen; was aber für Siechthum der chronischen, durch Generationen hindurch stattgehabten Vergiftung durch zurückgehaltene Zersetzungsstoffe in die Schuhe zu schieben ist, das lässt sich nur ahnen aus dem Umstand, dass die Volksseuchen und Ausschlagskrankheiten bei den schmutzigen und einer Hautpflege entbehrenden Völkern und Volksklassen ihren Ursprung haben; das lässt sich daraus schliessen, dass seit der weiteren Vervollkommnung der Leinen- und Baumwollweberei, dem Aufkommen der Appretur, also dem künstlichen Undurchlässigmachen der Kleidung, der Gesundheitszustand und die Widerstandsfähigkeit in civilisirten Ländern in beständigem Rückgang begriffen ist.

Das gebräuchliche Leinen und Halbleinen ist so eng gewebt, dass es schon an und für sich für Gase fast undurchgängig ist, besonders im feuchten Zustande, wenn die Fäden aufgequollen sind. Da nun noch vielfach die Hemde verkleistert, d. h. gestärkt werden, werden sie noch undurchlässiger gemacht. Die Ausdünstungen, die der Träger leinener, halbleinener (Sherting) Hemden durch die Haut von sich giebt, sammeln sich unter dem Hemde an und behindern wegen des Ueberdruckes die weitere Ausscheidung. Dadurch hat der Träger ein Gefühl der Enge und Beschwerung (Schwüle) bei starker körperlicher Thätigkeit oder sommerlicher Hitze“.

„Der abgesonderte Schweissdunst schlägt sich nieder und wird von dem Hemde aufgesogen. Trifft nun ein Luftzug den Körper, so verdunstet die aufgesogene Feuchtigkeit im Hemde, entzieht der Haut Verdunstungs-

wärme (das nasskalte Anlegen) und verdrängt durch diese Kältewirkung das Blut aus der Haut. — Rheumatische Erscheinungen wegen des Entzündungsreizes der im Körper sich anhäufenden Zersetzungsstoffe sind die notwendige Folge, aber auch Lähmungen, Erblindungen wegen rheumatischer Nervenlähmung sind nicht ausgeschlossen. **Die gebräuchliche Verwendung von Leinen und Halbleinen zu Hemden, sei es direkt auf den Körper, oder als Oberhemden, ist daher absolut gesundheitsschädlich nur** zu verwerfen. Ebenso aber die Verwendung von appretirten Kattunfuttern in Westen, Tailen und Röcken, da diese Futter absolut undurchlässig sind.

„Die erste Forderung, die man an die Kleidung stellen muss, ist also die, dass dieselbe durchlässig sei.

Dieser Forderung genügt auch die Woll-Tricotkleidung wesshalb dieselbe wegen der Durchlässigkeit besser als die Leinen- und Halbleinenkleidung ist. Wir könnten sie gelten lassen, wenn sie den sonstigen Anforderungen an eine gesunde Kleidung genüge; dies ist aber nicht der Fall. Die Kleidung soll dazu dienen, uns durch verlangsamte Wärmestrahlung- und Leitung von der Aussentemperatur unabhängig zu machen. Dabei soll sie aber nicht dem Hautorgan die Fähigkeit der Anpassung an wechselnde Temperatur verkümmern, da sonst plötzliche Kälteeinwirkungen ebenso blutverdrängen auf das Hautorgan wirken, wie die Verdunstungskälte bei Leinenwäsche, wesshalb an die Wollkleidung gewöhnte wieder leichter zu rheumatischen catarrhalischen Zuständen neigen.

„Die Thatsache ist nun aber die, dass die Wolle wegen ihres mechanischen dauernden Reizes das Hautorgan durch Ueberreiz abstumpft, lähmt, so dass es für geringere Reize, (Luftreize, Wasserreize) nicht mehr genügend empfänglich ist, ja womöglich mit einer starken Lähmung auf dieselben antwortet.“

„Dass die Sache wirklich so ist, geht auch daraus hervor, dass der Urheber der Wollbewegung seine wollenen Waschungen mit aromatischen Kräuter-Essenzen empfiehlt. Er erachtet also das Wasser als ein ungenügendes Reizmittel für die durch Wolle überreizte Haut, wesshalb dem Wasch- und Badewasser reizende Essenz

zugesetzt werden muss. — Wenn für den Gesunden nun auch weiter keine Folgen aus der Wolltracht entstehen, als mit der Dauer der Wolltracht sich steigende Empfindlichkeit gegen Temperatur- und Erkältungseinflüsse, so liegt die Sache schlimm in Krankheitsfällen. Ich habe in meinem Sanatorium vielfach Gelegenheit, alte Wollinvaliden, d. h. Leute, die trotz, ja wegen ihrer Wolltracht ein chronisches Leiden, sei es ein Hautleiden, seien es chronische Catarrhe oder vor allem Nervenleiden nicht los werden können, in Behandlung bekommen. Sie können nichts vertragen, keine Wasser-, keine Dampf-, keine Luft-, keine Sonnenbäder, von heilsamen Wasserumschlägen nicht zu reden.“ Ein Umschwung findet erst statt, nachdem die Betreffenden sich an die Reformbaumwollwäsche gewöhnt haben.“ —

Soweit Dr. Lahmann.

Sachliche Erklärung.

Die Baumwollen-Gespinnste, welche meistens zu Tricotagen und Hemdstoffen verwendet werden, sind aus kurzfasrigen, amerikanischen oder indischen Rohstoffen hergestellt. Um ihnen Halt und Geschmeidigkeit zu verleihen, werden sie häufig mit Schlichte — Talg, Glycerin etc. — benetzt und die fertigen Fabricate werden, um ihnen ein schönes, glänzendes Aussehen zu verschaffen, mit Appretur durch Dampfpressung etc. versehen. Die zu **Dr. Lahmann's Unterkleidung** verwendeten Rohmaterialien werden dagegen nur aus dem besten, feinsten, langfaserigsten und daher theuersten egyptischen Rohproduct gesponnen. Ferner bleibt das Gespinnst frei von jedem Zusatz Fäulniss erzeugenden Schlichtmaterials. — Die hierauf erfolgende eigenartige Zwirnung, wiederum genau nach Vorschrift des Herrn Dr. Lahmann ausgeführt, erhöht die Vorzüge in Beziehung auf seidenartige Weichheit, wollartige Wärme und Dauerhaftigkeit. Ferner werden die sonst gebräuchlichen Tricotagen auf sogenannten Rundstühlen gewebt, durch welche Herstellungsart die Dehnbarkeit des Tricots eine gewisse Beschränkung erleidet. Von der **Lahmannwäsche** wird dagegen jedes Stück einzeln auf der **Strumpf-Strickmaschine gestrickt**, wodurch die Masche loser und der ganze Stoff durch-

lässiger, wärmer, weicher und dehnbarer wird. Alsdann bietet die **Strickarbeit** den weiteren Vortheil, dass die Hemden, Beinkleider und Jacken mit wenigen Ausnahmen ohne Naht sind, wogegen die gewebten Sachen stets eine Kettelnahnt besitzen. Die gewöhnlichen baumwollenen Tricotagen legen sich, wenn vom Schweiß durchfeuchtet, nass und kalt an den Körper, was ein Unbehagen erzeugt und leicht zu Erkältungen führt.

Die Wollwäsche reizt die Haut und erschläfft deren Selbstthätigkeit; sie verliert durch das Einlaufen ihre werthvollste Eigenschaft — die Durchlässigkeit.“ Leinene oder Shirting-Hemden reizen zwar die Haut nicht, verhindern aber ihres dichten Gewebes wegen die Körperausdünstung. Bei Schweißabsonderung werden die Hemde feucht und verkühlen den Körper während des Trocknens, wodurch häufig Erkältungen mit ihren oft schweren Folgen eintreten.

Dr. med. Lahmann's Reform Baumwoll-Wäsche ist frei von allen diesen Mängeln. Sie ist weich, warm und schmiegsam, sie reizt die Haut nicht, sie läuft nicht ein, sondern befördert wegen ihrer bleibenden Durchlässigkeit die Körperausdünstung, sie bleibt weich, ist ausserordentlich dauerhaft und daher billiger als jede andere Unterkleidung. Durch diese hervorragenden Eigenschaften passt sie für alle Lebensverhältnisse: besonders zur **allgemeinen Abhärtung des Körpers**, für Touren und allen Sport, für Kranke und Gesunde, und alle Beschäftigungen.

Der Uebergang zur Lahmann-Wäsche kann zu jeder Jahreszeit geschehen und bietet

Die Lahmann-Wäsche im Sommer

die grosse Annehmlichkeit, dass sie wegen ihrer Porösität erfrischend wirkt und niemals das Gefühl der Schwüle aufkommen lässt, wohl aber das Empfinden grössten Wohlbehagens hervorruft. Für stark transpirirende Personen schafft die Lahmann-Wäsche wegen der Durchlässigkeit ganz besondere Erleichterung. — Die gleichen Vortheile bietet

Die Lahmann-Wäsche im Winter,

in welchem man unbeschadet der Gesundheit zur Lahmann-Kleidung übergehen kann. Diejenigen, welche durch

jahrelanges Wollhemdtragen verwöhnt sind, benutzen bis zur wärmeren Jahreszeit unter dem Lahmannhemd noch eine Lahmann-Unterjacke.

Wer bisher Leinen- oder Shirting-Hemden getragen, kann ohne weiteres mit dem Hemd wechseln; hat er bis dahin unter dem weissen Wäschehemd noch eine Unterjacke getragen, so kann er statt dieser anfänglich eine leichte Lahmann-Unterjacke anziehen oder er wählt zum Uebergang eine dickere Sorte der Lahmann-Hemden und lässt die Unterjacke ganz fort, je nach Gewohnheit und Wärmebedürfniss.

Die helle Farbe entspricht dem Reinlichkeitssinn und wechselt man durchschnittlich alle acht Tage.

Warnung. Unter der Bezeichnung „System Lahmann“, „nach Lahmann's Reform“ u. s. w. werden in letzter Zeit ähnliche Unterkleidungen wie die Lahmann'sche auf den Markt gebracht. Dieselbe ist jedoch nach dem alten Verfahren hergestellt und besitzt die gepriesenen Eigenschaften der echten Lahmann'schen Wäsche nicht.

Wer die von Herrn Dr. Lahmann dargelegten Vortheile seiner Kleidung geniessen will, achte darauf, dass er die Original Fabricate aus der einzig concessionirten Fabrik von **H. Heinzelmänn in Reutlingen** erhalte. Jedes Stück muss mit Urkunde und Stempel versehen sein.

Einige Stimmen von Autoritäten
über

Dr. med. Lahmann's Unterkleidung.

Dr. Fürst, einer der erfahrensten Kinderärzte in Leipzig schreibt in seinem Buche „das Kind“ Seite 228.

Was die Unterkleider betrifft, so gebe ich den baumwollenen für Kinder den Vorzug, und zwar der nach **Dr. Lahmann's** Angaben gefertigten Reform-Baumwollen-Kleidung, die von Hermann Heinzelmänn in Reutlingen hergestellt wird. Die baumwollenen Unterkleider, die vollkommen durchlässig und genügend warm sind, ermöglichen eine vorzügliche Hautventilation, eine allmähliche Ausgleichung der Wärme und der Hautausdünstungen, ohne, wie Wolle,

die Haut unangenehm zu reizen und die üblen Gerüche von Schweiß zu sehr festzuhalten. Nimmt man dazu, dass baumwollene Unterkleider leichter zu waschen sind als wollene, nicht einlaufen und demzufolge öfter gewaschen und gewechselt zu werden pflegen, als dies mit wollenen geschieht, so muss man die baumwollenen Unterkleider als geeigneter für das Kindesalter bezeichnen. —

Dr. med. Helmkampff schreibt:

Bad Elster, 22. September 1894.

„Nachdem ich nun seit ca. 3 Jahren die Lahmann'sche Wäsche getragen, darf ich mit gutem Gewissen, sagen, das sie das angenehmste und praktischste Unterzeug ist, welches ich kenne.“

Dr. med. Anding schreibt:

Rockenhausen, 26 October 1896.

Mit der von Ihnen bezogenen Dr. Lahmannschen Baumwollwäsche bin ich sehr zufrieden; dasselbe kann ich Ihnen mittheilen von mehreren zu Catarrhen u. dergl. geneigten Personen, welche diese Wäsche auf meinen Rat trugen. Die Haut wird durch die Lahmann'sche Wäsche in der günstigsten Weise beeinflusst, es findet weder eine Ueberhitzung noch eine unangenehme Auskühlung statt, wenn man z. B. bei Bergaufgehen stark transpirirt hat. Ich gehöre zu den Menschen, welche eben nicht allzusehr auf sich Obacht geben, gehe stets ohne Ueberzieher, Regenschirm und ähnliche Schutzmittel, bin dabei allen Witterungseinflüssen sowie oft raschem unvermitteltem Temperaturewechsel ausgesetzt und glaube desshalb in dieser Beziehung einigermaßen zu einem Urtheil berechtigt zu sein und dies lautet:

Die **Lahmann'sche** Wäsche ist sehr gut, und ist im Interesse vieler gesundheitlich nicht ganz fester Leute zu bedauern, dass sie nicht noch mehr verbreitet ist, als dies der Fall ist. Nebenbei will ich noch merken, dass diese Wäsche den Ausdruck „**unverwüstlich**“ verdient, denn bei vernünftiger Behandlung in der Wäsche scheint sie nicht klein zu bekommen zu sein.

In einem hochinteressanten Buche: „Ostafrikanische Gletscherfahrten“ Forschungsreisen in Kilimandscharo-Gebiet. Verlag von Dunker & Humboldt, Leipzig, sagt **Dr. Hans Mayer:**

Es wird nicht ohne praktisches Interesse sein, wenn ich in Folgendem einige dahingehende Winke gebe. Zunächst die Kleidung. In der noch nicht entschiedenen Streitfrage, ob Wolle, Baumwolle oder Seide als Unterkleid in heißen Ländern zu bevorzugen sei, habe ich mich, **nachdem ich jedes versucht, für Baumwolle entschieden**, und zwar für Baumwolle in Tricotgewebe, welches den Vortheil bietet, dass es nicht filzt, den Schweiß ebenso leicht aufnimmt, wie verdunsten lässt, gründlich im kalten oder warmen Wasser gereinigt werden kann, ohne einzugehen, und einen dauerhaften Faden besitzt, wenn man die allerwärts als „Lahmann's Reform-Baumwolle“ käufliche Wäsche gebraucht.

Urtheile aus England.

Dr. O. E. Bulwer Marsch, Consultirender Arzt der Newport und Monmouth County Infirmary, schreibt:

Es gereicht mir zur lebhaften Freude, mein Gutachten zu Gunsten der **Dr. Lahmann'schen Reform-Baumwollunterkleidung** zu geben. Ich trage dieselbe nicht nur selbst seit 2 Jahren mit dem grössten Wohlbefinden, sondern habe deren Gebrauch auch sehr meinen Patienten anempfohlen. Von Leuten mit empfindlicher Haut, die Wolle nicht ertragen können und doch eine warme Kleidung beanspruchen, kann Dr. Lahmann's Reform-Baumwollkleidung mit dem grössten Wohlbefinden und Vorteil getragen werden. Dieselbe ist warm, rein, billig, nicht eingehend und ich betrachte sie nicht nur als die angenehmste, sondern auch als die gesündeste Kleidung der Gegenwart.

Dr. Charles Read, London schreibt:

Mit Vergnügen füge ich mein Gutachten über den Werth ihrer Dr. Lahmann'schen Reform-Baumwollunterkleidung den vielen anderen, die Sie schon erhalten, hinzu. Es freut mich sagen zu können, dass ich, nachdem ich solche mehrere Jahre selbst getragen, mit derselben in jeder Beziehung vollständig befriedigt bin. Dieselbe ist warm, leicht, durchlässig, die Haut nicht reizend, wäscht und trägt sich gut; ist sowohl angenehm als dauerhaft und gleichgut für jede Jahreszeit.

Sir Sydney H. Waterlow Bart in London schreibt:

Gegen Ende des vergangenen Jahres rüstete ich mich mit den verschiedenen Reform-Kleidungssachen aus. Ich trug dieselben beständig während einer langen Reise durch die Vereinigten Staaten von Amerika, Mexico und Canada. Ich fand die Reformunterkleidung als warm und wollig für die Haut und bei Weitem der wollenen Wäsche vorzuziehen, die ich vorher trug.

Frau S. Butler. Booten Hall, Norwich schreibt:

Meine Familie und ich haben seit 4 Jahren Dr. Lahmann's Reform-Baumwollkleidung getragen und solche als ein höchst angenehmes Tragen befunden. Dieselbe ist warm, leicht, die Haut nicht reizend und lässt im Tragen und Waschen nichts zu wünschen übrig. —

Lahmann=Agentur — Fr. Nicolai, Reval.

Herren-Hemde

Qual. 3010 für den Winter	Grösse	3	4	5
	Brustumfang in centim.	100	110	120
	Länge in centim.	95	100	105
	Preis in Rbl.	2 60	2 70	3 15

Herren-Hemde

Qual. 2011 für den Sommer	Grösse	3	4	5
	Brustumfang in centim.	100	110	120
	Länge in centim.	95	100	105
	Preis in Rbl.	2 35	2 55	2 80

Unter-Jacken

Qual. 2005 $\frac{1}{2}$ mit $\frac{1}{2}$ Aermeln Mit $\frac{1}{1}$ Aermeln, 15 cop. mehr.	Grösse	4	5	6
	Brustumfang	85-95	95-105	105-115
	Preis in Rbl.	1 75	1 85	1 95

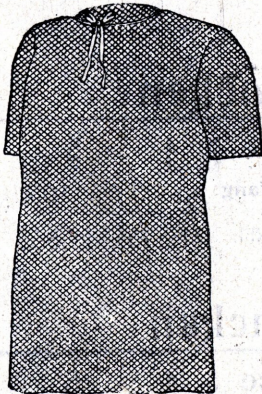
Netz-Jacken

Qual. 301	Grösse	4	5	6
	Brustumfang	85-95	95-105	105-115
	Preis in Rbl.	— 90	1 —	1 10



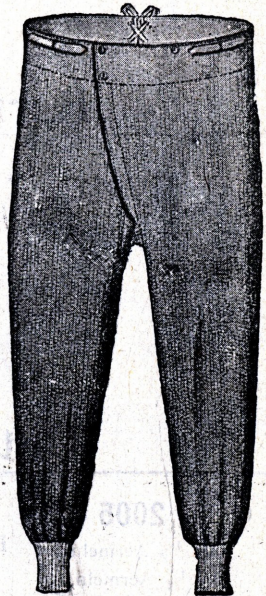
Herren-Hemd;

zum Anknöpfen des Kragens und
der Manschetten eingerichtet.



Herren-Unterjacke,

unter dem Reformhemde
bei grosser Kälte zu tragen.



Herren-Hose.

Lahmann-Agentur — Fr. Nicolai, Reval.

Herren=UnterbeinkleiderQual. **3020**
Mittelstark

Grösse	4	5	6
Bundweite	85	95	105
Seitenlänge	106	112	118
Schrittlänge	72	77	82
Preis in Rbl.	2 40	2 60	2 70

Damen=BeinkleiderQual. **2065**
leichtQual. **3065**
dicker

pr. Paar 30 cop. mehr.

Grösse	3	4	5
Bundweite	75	80	85
Länge	80	86	92
Preis in Rbl.	1 90	2 —	2 40

Damen=Hemdhusen

Qual.

Grösse	3	4	5
Brustumfang	78	84	90
Ganze Länge	110	120	130
Preis in Rbl.	3 50	3 80	4 10

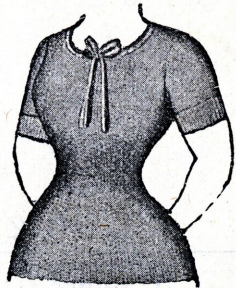
Herren=Hemdhusen

Qual.

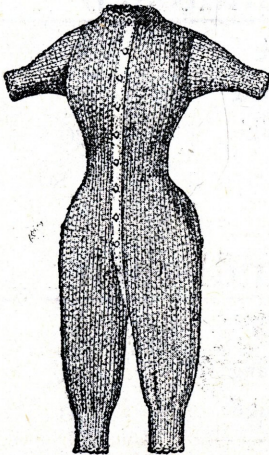
Grösse	4	5	6
Brustumfang	84	90	98
Ganze Länge	130	140	150
Preis in Rbl.	3 80	4 20	4 50



Herren-Hemd hose.



Damen-Unterjacke.



Damen-Hemd hose.



Damen-Hemd.

Lahmann-Agentur — Fr. Nicolai, Reval.

Damen-Jacken mit $\frac{1}{4}$ Aermeln.

Qual. **2005** $\frac{1}{2}$
 patent gestrickt $\frac{1}{4}$ Aermeln.
 Mit $\frac{1}{4}$ Aermeln,
 15 cop. mehr.

Grösse	3	4	5
Brustumfang	90	96	102
Preis in Rbl.	1 40	1 50	1 65
glatt gestrickt	1 80	2 —	2 20

Damen-Hemden mit $\frac{1}{4}$ Aermeln.Qual. **2061**

Grösse	4	5	6
Brustumfang	90	96	102
Länge	100	105	110
Preis in Rbl.	2 60	2 70	2 80

Ex bibl. univ. Tart.**Reform-Corsett's**, elast. gestrickt.

von 46 bis 80 centim. Taillenweite.

Preis pr. Stück Rbl. 2.50.

sehr zu empfehlen für Radfahrerinnen!

wie für jeglichen Sport.

Gestrickte Tragbänder für Herren

Preis Rbl. 1.50.

Kragen

Preis pr. Stück Rbl. 0.35.

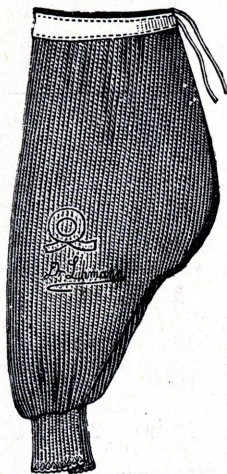
Socken in versch. Grösse

„ pr. Paar „ 0.65.

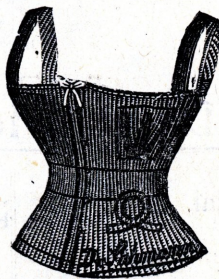
Hutschweissband

„ pr. Elle „ 0.15.

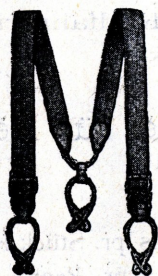
saugt den Schweiß auf, besonders für Sportmützen empfohlen.



Damenhose.



Reform-Corset.



Tragbänder.



Kragen.

Lahmann-Agentur — Fr. Nicolai, Reval.

Gestrickter Tricotstoff

100 cent. breit ungebleicht per Elle . . .	Rbl. — 40
104 " " " " . . .	" — 50
128 " " " " . . .	" — 60
104 " " gebleicht " . . .	" — 50
128 " " " " . . .	" — 60

Für Kinder- wie auch Damen-Wäsche sich vorzüglich eignend.

Reform-Futter-Stoff

Ungebleicht 80 cent. breit per Elle . . .	Rbl. — 45
---	-----------

Alle übrigen **Reform-Artikel**, wie Kinder-Wäsche, Betausstattungen, liefere ich schnellstens zu Originalpreisen mit Zuschlag von Zoll und Spesen.

Wasch-Methode:

Nicht kochen, sondern nur in heissem Seifenwasser gut durchwaschen und zwar nicht mit anderer schmutzigen Wäsche zusammen, sondern allein.

Nicht rollen, sondern nur mit einem warmen Bügeleisen leicht glätten.

Dr. Lahmann's Nährsalz-Präparate:

Nährsalz-Cacao per Pfund	Rbl. 1.80
" " 1/2 Pfund	" 1.—
Nährsalz-Chocolade per Pf. I	" 1.35
" " per Pf. II	" 1.20
Nährsalz-Extrakt per Büchse	" 1.15
Vegetabile Milch (für Kinderernährung) p. Büchse	" 1.20
Soya, Würze für Saucen per Flasche	" 2.10

Bücher.

Die diätetische Blutentmischung als Grundursache aller Krankheiten

von Dr. med. H. Lahmann. Preis Rbl. 1.20.

Die Darlegungen Dr. Lahmann's sind für Jedermann überraschend und tragen den Stempel der Wahrheit in Gestalt unerbittlicher Zahlen an und mit sich. Das Buch ist nicht nur für jeden Arzt, sondern auch für alle Laien von hohem Interesse, lehrt es doch, wie alle die Plagen der Kulturmenschheit: die Gicht, Herzfehler, Blutarmut, Schlaganfälle, Zuckerkrankheit u. s. w. zu verhüten sind.

Die wichtigsten Kapitel der natürlichen Heilweise

von Dr. med. H. Lahmann. Preis Rbl. 1.80.

Hygienisches Kochbuch,

nach welchem auf dem Sanatorium des Herrn Dr. Lahmann gekocht wird. Zusammengestellt von Elise Starker. Preis Rbl. 1.20.

Die Reform der Kleidung

von Dr. med. H. Lahmann. Preis Rbl. 1.20.

Dieses Buch sei Allen zum Studium dringend empfohlen.

Das Luftbad

als Heil- und Abhärtungsmittel von Dr. H. Lahmann. Preis Rbl. 0.42.

Allen Eltern, denen das Wohl ihrer Kinder am Herzen liegt, sei diese Brochüre dringend empfohlen.

Wie sollen wir uns kleiden,

zur Belehrung empfohlen, kostenfrei.

