

Digitaliseret af | Digitised by



**DET KGL.
BIBLIOTEK**

Royal Danish Library

Forfatter(e) | Author(s):

Titel | Title:

Udgivet år og sted | Publication time and place:

Fysiske størrelse | Physical extent:

Larsen, Michael.; af Mich. Larsen.

Naturhelbredelsen : en Sundhedslære fra
vegetariansk Synspunkt

København : Gyldendal, 1901

179 s.

DK

Værket kan være ophavsretligt beskyttet, og så må du kun bruge PDF-filen til personlig brug. Hvis ophavsmanden er død for mere end 70 år siden, er værket fri af ophavsret (public domain), og så kan du bruge værket frit. Hvis der er flere ophavsmænd, gælder den længstlevendes dødsår. Husk altid at kreditere ophavsmanden.

UK

The work may be copyrighted in which case the PDF file may only be used for personal use. If the author died more than 70 years ago, the work becomes public domain and can then be freely used. If there are several authors, the year of death of the longest living person applies. Always remember to credit the author

NATURHELBREDELSEN

—••—
EN SUNDHEDSLÆRE

FRA VEGETARIANSK SYNSPUNKT

AF

KOMMUNELÆGE MICH. LARSEN

Motto:

Naturen beseires kun, når
man adlyder dens love.

BACON.



KJØBENHAVN

GYLDENDALSKE BOGHANDELS FORLAG (F. HEGEL & SØN)

GRÆBES BOGTRYKKERI

1901

NATURHELBREDELSSEN

NATURHELBREDELSEN

—♦—
EN SUNDHEDSLÆRE

FRA VEGETARIANSK SYNSPUNKT

AF

KOMMUNELÆGE MICH. LARSEN

Motto:

Naturen beseires kun, når
man adlyder dens love.

BACON.



KJØBENHAVN

GYLDENDALSKE BOGHANDELS FORLAG (F. HEGEL & SØN)

GRÆBES BOGTRYKKERI

1901

INDHOLD.

	Side
I. Indledning. «Kraftig næring»	6
II. Vegetarismens mål	21
III. Ydre livs- og sundhedsbetingelser	27
IV. Hvorledes mennesket blev kødspiser	44
V. Det normale stofskifte	50
VI. Organismens sikkerhedsindretninger	66
VII. Nydelse og nydelsesmidler	76
VIII. Indvendinger mod vegetarismen	104
IX. Vegetarismens historie og fremtidsudsigter	125
X. Daglig sund Livsførelse	132
XI. Det abnorme stofskifte. sygdom	149
XII. Den moderne physiatri (naturlægemetoden). Slutning	164

I.

INDLEDNING.

«Kraftig næring».

Måske ingensinde før i historien har menneskeslægten været så optaget af ernæringsspørgsmålet, som nu i vor tid. En af årsagerne hertil er den store udvikling i dette århundrede af alle naturvidenskabens enkelte grene, særligt biologien, læren om det organiske liv og dets functioner. Forskellige videnskabsgrene har her arbeidet sammen og understøttet hverandre. Den organiske kemi, læren om de organiske stoffers sammensætning, har således hånd i hånd med physiologien, læren om livsfunktionerne, grundlagt ernæringsphysiologien, den videnskabsgren, der beskæftiger sig med ernæringen i alle dens enkeltheder, ikke blot hvad organismen angår, men også med mad og drikkevarer,

