

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 78 (1952)  
**Heft:** 28

## Werbung

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



**Contra-Schmerz**

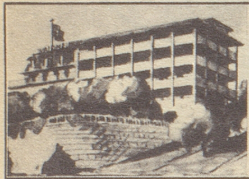
hilft bei Kopfweg, Migräne, Zahnweh, Monatsschmerzen, ohne Magenbrennen zu verursachen.

12 Tabletten Fr. 1.80



## DIE JAHRE fechten Dich nicht an, Nimmst Du beizeiten KERNOSAN

und zwar Kernosan Nr. 1-Kräutertabletten. Sie bessern hohen Blutdruck, Blutstauungen, regulieren die Blutzirkulation und entlasten das Herz. Schachtel für 4 Wochen Fr. 4.15 in Apotheken und Drogerien. - Versand durch Apotheke Kern, Niederurnen, Tel. (058) 415 28.



**Ferien und Erholung**  
am Südhang des Ageritales im  
**Hotel Kurhaus Waldheim**  
**Unterägeri am Agerisee**  
Geschmackvoll eingerichtetes  
Restaurant, intime Bar. Beson-  
ders bekannt: Küche u. Keller.  
Tel. (042) 451 02. Großer  
E. Henggeler-Stämpfli

## Ischias und Rheuma

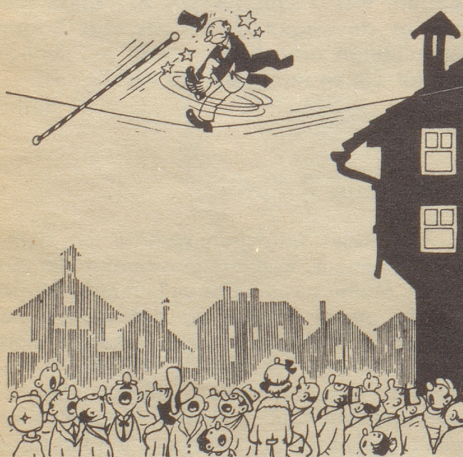
diese lästigen Plagegeister, werden am wirksamsten bekämpft durch eine Kur mit dem altbekannten und bewährten **Kräuter-Wacholder-Balsam Rophalen**. Derselbe reinigt Blase und Nieren, regt sie zu neuer Tätigkeit an, treibt durch den Urin die schädliche Harnsäure fort und ist daher wichtig bei allen rheumatischen Leiden, Magen- und Verdauungsstörungen. Nach einer solchen Kur fühlen Sie sich wieder als ein wirklich lebensfroher Mensch. Probeflasche Fr. 4.—, mittl. Kur Fr. 8.—, ganze Kur Fr. 13.—, in allen Apotheken u. Drogerien erhältlich.

Hersteller: **Kräuterhaus Rophalen, Brunnen 77.**

Ach, wenn „sie“ ewig so bliebe, wie in den Jahren der ersten Liebel Schlank und jugendlich durch

**Bosebergers Kissingers Entfettungs-Tabletten**

Erhältlich in allen Apotheken und Drogerien. Prospekte durch Kissingers-Depot Casima (Tic.).

Dieser Seiltanz ist keine Sondernummer, Hühneraugen sind des Tänzers Kummer. Häßt' er sich des «Lebewohls»\* bedient, läßt er nicht im Spital fest eingeschient.

\* Gemeint ist natürlich das bekannte, von vielen Aerzten empfohlene **Hühneraugen-Lebewohl** mit druckmilderndem Filzring für die Zehen (Blechdose) und **Lebewohl-Ballenpflaster** für die Fuß-Sohle (Couvert). Packung Fr. 1.55. Erhältlich in allen Apotheken und Drogerien.

Von diesem Strahlen und dieser Beschwingtheit war nichts an mir, als ich kürzlich mit der neuen Raffel nach Hause kam. Auch die hundertfünfzig Salatrezepte, die ich mir gleichzeitig erstand, vermochten an dem Strahlenmangel nichts zu ändern. Dabei mußte, der beigefügten Reklame nach, die halbe Menschheit schlaflos darauf gewartet haben, daß diese Raffel erfunden würde. Ich gehörte offenbar zur andern Hälfte, und wenn ich mich schlaflos wälzte, geschah es aus andern Gründen.

Die menschliche Ernährung ist eine schrecklich komplizierte Sache geworden. Gott, wie simpel waren wir, als wir noch nicht Eiweiß und Kohlehydrate, Kalorien und Vitamine, sondern würzige Braten und saftige Beefsteaks zu uns nahmen, ohne daran zu denken, daß wir Tierleichen verzehrten. Jeder Ernährungsapostel beweist uns, daß wir unsern Bedarf an Eiweiß ohne weiteres mit Soyabohnen decken können, daß seine Deckung durch Fleisch ein teurer Umweg sei. Aber wie schmackhaft ist er zuweilen, dieser Umweg!

Als ältere Hausfrau geht man gegenwärtig andauernd mit Minderwertigkeitsgefühlen und einem schlechten Gewissen einher. Die Minderwertigkeitsgefühle rühren daher, daß man nun — in diesem Alter! wieder beständig die Nase ins Kochbuch stecken muß, das schlechte Gewissen, weil man beim Kochen unvermeidlich und unaufhörlich irgendwelche Vitamine umbrungen hat.

Von allen Seiten her wird man förmlich mit Ratschlägen bombardiert. Schon vor Jahren las ich in Reader's Digest den Aufsatz eines amerikanischen Arztes. Der Aufsatz war lang, und der Schreiber mußte noch langweiliger sein. Er hatte sich durch seine jungen Jahre hindurch — pardon — gefressen und war dabei, seiner eigenen Schilderung zufolge, physisch ein rechtes Jammerwesen geworden. Nun hatte er das alleinrichtige Trom gefunden. Alles, was er zu sich nahm, war in Menge und Zubereitung aufs Peinlichste abgewogen. Der Mann war todsicher, auf diese Weise hundertfünfzig Jahre alt zu werden, wenn ihm kein Unfall zustieß. Mir war da zweierlei unerklärlich: Wenn es ein Rekord sein sollte, warum nahm sich der Mann da nicht gleich eine schöne runde Zahl vor, zweihundert zum Beispiel? Ferner: Ums Himmels willen, welches Vergnügen fand er dabei, so alt, d. h. auf diese Weise so alt zu werden? Er hatte doch offenbar kein anderes Lebensinteresse, nichts, rein gar nichts als das Häufchen Nahrung, das er jeden Tag zu sich nahm.

Neulich war im Radio ein Ernährungsvortrag angekündigt; Vati lag im dunklen Zimmer auf der Couch, der Offenbarungen gewärtig, die vom Radio träufeln würden;

## Hotel **BAHNHOF**-Terminus **WINTERTHUR** -Platz

Moderne und gediegene Gaststätte. Bestgepflegte Küche. Spezialitäten. Konferenz- und Sitzungszimmer.  
Ch. Gibel-Regez, Telephon (052) 260 61

# Die Frau

ich saß im Nebenzimmer neben der offenen Zwischentüre. Aber was war das? Der Redner schien eine recht leichtsinnige Haut zu sein und machte sich lustig über die übertriebene Wichtigkeit, die seinem Problem beigelegt wurde. Ich strickte und schmunzelte ein Mal übers andere unverschämt auf die alte Strumpfhose herunter, die ich mit neuen Beinlingen für meinen Enkel versah. Vierzehn Tage später kam dann die Vergeltung. Der Arzt, welcher sprach, war mit allem wünschbaren Ernst bei der Sache. Er versprach uns Magen-, Darm-, Leber-, Zuckerkrankheit, ja, verhieß uns Krebs, wenn wir uns nicht besserten. Das Schlimmste aber war, daß er uns auch nichts Gutes versprach, wenn wir Einsicht zeigten. Denn durch die modernen chemischen Düngemittel sei alles Pflanzliche furchtbar entartet und entwertet. Himmel, was tut man da nun? Vielleicht gewöhnt man sich am besten das Essen ganz ab.

Eine Bekannte erzählte mir kürzlich von einem Besuch, den sie gemacht hatte. Die Leute zogen ihr Brotgetreide selbst, in einem Gärtchen, das sicher zwei Quadratmeter faßte. Mit Saatgut aus den Pyramiden, man denke! Natürlich mahlten und buken sie es auch selbst. Allen übrigen Belangen ihrer Ernährung schenken sie dieselbe Aufmerksamkeit.

Mir kommen bei all diesen Dingen ein bißchen ketzerische Gedanken. Wieviel Zeit bleibt da noch für andere Interessen? Mir scheint, diese Verneiner fleischlicher Nahrung blieben recht tief im eigenen Fleische stecken. Und der Kult des reinen Körperlichen werde auf diese Weise ein Kult des rein Körperlichen. Ich machte seinerzeit, als meine Kinder noch klein waren, in Krankheitsfällen öfter die Erfahrung, wie gut sich eine unerwartete Freude auf ihren Gesundheitszustand auswirkte. Schließlich bestehen wir nicht nur aus Magen und Darm, sondern es sei noch so etwas wie eine Seele da. Sagt man. Und wir wollen doch etwas mehr sein, als die Vögel auf der Guanoinsel, von denen Scheffel singt: Sie sitzen in frommer Beschaulichkeit, kein Einziger versäumt seine Pflicht. Gesegnet ist ihre Verdauung und flüssig als wie ein Gedicht. L. G.

Zuschriften und Beiträge für die Frauenseite bitten wir an den Nebelspalter Rorschach, Redaktion «Die Seite der Frau» zu adressieren.

**FUSSBRENNEN?  
MUDE FÜSSE?**  
dann sofort

**ARROW EMULSION**

PARF. S. S. 6666 IN ALLEN GUTEN PHARMAZIEN