

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 29 (1925-1926)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** [Impressum]

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.04.2026

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

den Früchten ausgewählt werden, Wirtschafts-  
obst soll nie als Wandspalier verwendet wer-  
den, feines Zwergobst nie in harten, undurch-

lässigen Boden kommen, bei hohem Wasser-  
stand keine Tiefwurzler gepflanzt werden usw.

## Der St. Galler Arzt Jakob Laurenz Sonderegger.

Zu seinem 100. Geburtstag am 22. Oktober 1925. — Mit seinem Bildnis.

Von Dr. Rudolf Burckhardt, Gersau.

Es war ein wunderbarer Mann, dieser „Doktor Sonderegger“, dessen Eintritt in diese Welt vor einem Jahrhundert seine Verehrer im Arzte- und im Laienstande demnächst feiern wollen — in diese Welt, die er so sehr geliebt hat, weil er sie genau studierte; an der er so viele Schäden sah, weil er so eifrig beflissen war, sie zu heilen und mehr noch: ihnen vorzubeugen. Wie teuer war ihm das Vaterland, die engere und weitere Heimat: Rheintal, St. Gallen, die Schweiz, daß er ihr, fast zeitlebens ein fränklicher Mensch, all seine Kräfte Leibes und der Seele weihte, um der Volksgesundheitspflege Bahn und Stätte zu bereiten! Wie fein verstand er sich nicht nur auf den Menschenleib, den zu flicken




ihm nicht höchste ärztliche Aufgabe war, sondern auch auf die Menschenseele, an deren „naturhafte Christlichkeit er glaubte“ und deren Pflege ihm Höchstgewinn bedeutete!

Sein siebenzigjähriges Leben spielt sich in einem recht schlichten, ja engen Rahmen ab: Bauernbub, Realschüler und Gymnasiast, Student in Zürich und im Ausland, Land- und Stadtarzt, Politiker und Schriftsteller. Aber aus diesem Rahmen blickt uns ein Bild voll Kraft und Feuer entgegen. Ein Mann war Sonderegger, der gleich der Kerze sich verzehrte, um andern zu leuchten auf dem Wege des echten Fortschrittes, aus dem Wirrsal des Kleinlichen, Törichtigen, Schlechten ins Lichtreich der Wahrheit und Güte. Noch lebt ein freilich nun alterndes Geschlecht, das ihn noch gekannt und von ihm in persönlichem Umgang und aus seinen Büchern Segen empfangen hat. Das Gedächtnis dieses Gerechten und Aufrechten aufzufrischen, muß uns zur Jahrhundertfeier seiner Geburt eine herzliche Freude sein. Er redet noch, wiewohl er gestorben ist, zumal als Prediger der frohen Botschaft vom gesunden Leib in der gesunden Seele.

Seine Persönlichkeit ist uns auch darum interessant, daß Sonderegger in seinem Univeritätsstudium und seiner Praxis ein anschauliches, auch für den Nichtfachmann verständliches Kompendium der Geschichte der Medizin zur Zeit ihrer größten Errungenschaften: 1845 bis 1895, ist. Die erste Chloroformnarkose in Zürich, Ignaz Semmelweis' Händewaschen in Wien und den dadurch inaugurierten erstaunlichen Rückgang des Kindbettfiebers, die physikalischen Untersuchungsmethoden, Blutleere und Aseptik bei Operationen, alles hat er selbst erlebt und erprobt und wurde dadurch aus der alten Schule in die neue Wissenschaft und Technik der Heilkunde gehoben. Aus dem Land der Mixturenknechtschaft ist er ins Reich der Hygiene übergegangen und als Bahnbrecher der Gesundheitspflege auch ihr hervorragender Lehrer für eine ganze Generation von Ärzten und denkenden Laien geworden, nach dem schönen Worte Hippels: „Alle Ärzte müssen Menschen und alle Menschen müssen Ärzte werden.“

Berühmt auch im Ausland, ist Dr. Sonderegger als Schriftsteller geworden. Sein Hauptwerk sind die seit 1873 in mehreren Auflagen erschienenen und auch in fremden Sprachen übersetzten: „Vorposten der Gesundheitspflege.“ Dann hat, nach Sondereggers Tode, im Jahr 1898 sein Freund Dr. Elias Haffter ein feines Gedächtnisbuch herausgegeben: „Dr. L. Sonderegger in seiner Selbstbiographie und seinen Briefen.“ In beiden Büchern lernen wir Sonderegger als Arzt und Sanitätsrat von Gottes Gnaden, als Menschenkenner und Menschenfreund und als Schriftsteller von sprudelnder Geistesfülle und wahrhaft klassischer Schreibweise kennen. Aber — beide Werke sind im Buchhandel vergriffen. Und wer druckt heute auch bei einem Gedentag solche dickeibigen Bücher neu? Darum hat es der Verlag der Evangelischen Gesellschaft in St. Gallen, der Stadt von Sondereggers Hauptwirkksamkeit, unternommen, ein kleineres Buch über den seltenen Mann auf seinen hundertsten Geburtstag hin erscheinen zu lassen. Als Volksbuch für weitere Kreise, also nicht bloß für die Fachgenossen bestimmt, durfte es der Schreiber dieser Zeilen, in dessen Vaterhaus Sonderegger noch Hausarzt und -freund war, abfassen. (Arzt und Menschenfreund. Der St. Galler Doktor Jakob Laurenz Sonderegger. Fein in Leinen gebunden 4 Franken.) In sieben Abschnitten wird uns da sein Lebensbild gezeichnet: wie er selber Mediziner wurde und später auf Grund eigenen Erlebens ein Berater der Medizinstudenten, wie er als Arzt praktizierte und ein Philo-  
soph des ärztlichen Berufs war, wie er die Gesundheitspflege förderte und namentlich den Lebensschädigungen zu Leibe ging, wie er für die Waisen seines Heimatantons sorgte, wie er die Kurpfuscher, diese Schmaroher am Lebensbaum des Volkes, bekämpfte, wie er als reife Lebensfrucht Bekenntnisse ablegte, und endlich wie er, ein Fürst unter den Ärzten und frommer Christ, starb — das griechische Unservater auf den Lippen.

Redaktion: Dr. A. Böggtin, Zürich, Aylstr. 70. (Beiträge nur an diese Adresse!)  Unberlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Expedition von Müller, Werber & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für Schweiz: Anzeigen: 1/4 Seite Fr. 160.—, 1/2 Seite Fr. 80.—, 1/4 Seite Fr. 40.—, 1/8 Seite Fr. 20.—, 1/16 Seite Fr. 10.—, für ausländ. Ursprung: 1/4 Seite Fr. 200.—, 1/2 Seite Fr. 100.—, 1/4 Seite Fr. 50.—, 1/8 Seite Fr. 25.—, 1/16 Seite Fr. 12.50.

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Karau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.