

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 104 (1978)  
**Heft:** 4

**Illustration:** Ein ganz heisses Eisen: Saunasüchtig  
**Autor:** Wyss, Hanspeter

### **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](#)

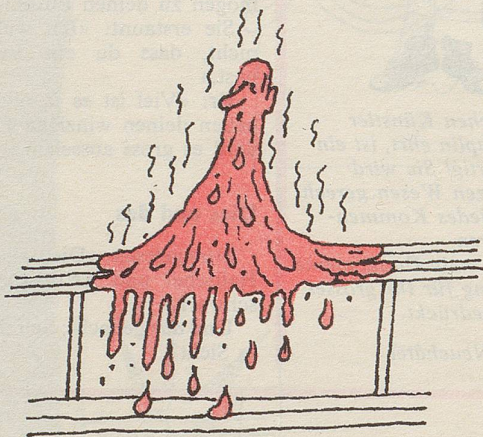
**Download PDF:** 25.04.2026

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

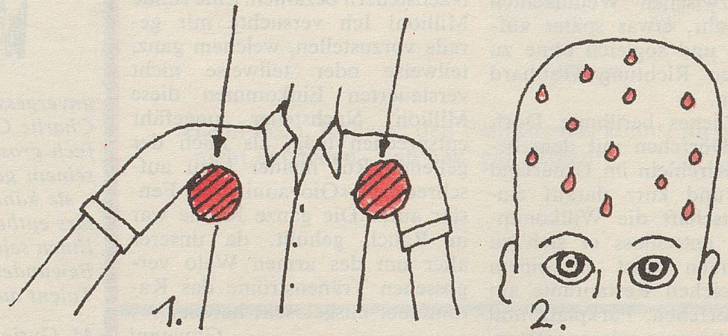
Ein ganz heisses Eisen:

# SAUNASÜCHTIG!

Ein Report aus der Schwitzszene  
von Hanspeter Wyss



Abschreckend und erschütternd:  
der Anblick eines hoffnungslos  
Süchtigen. Eine menschliche  
Ruine, die praktisch nur noch  
vom Transpirieren lebt!



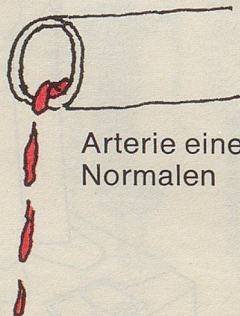
Wie erkennt man einen Sauna-Abhängigen?  
Auf Anfrage gibt uns das Sauna-Dezernat der  
Stadtpolizei Zürich folgende Auskunft:  
Untrügliche Indizien für Saunasucht sind

1. Schweißflecken in den Hemden  
(Achselhöhlen)
2. Perlender Schweiß auf der Stirn



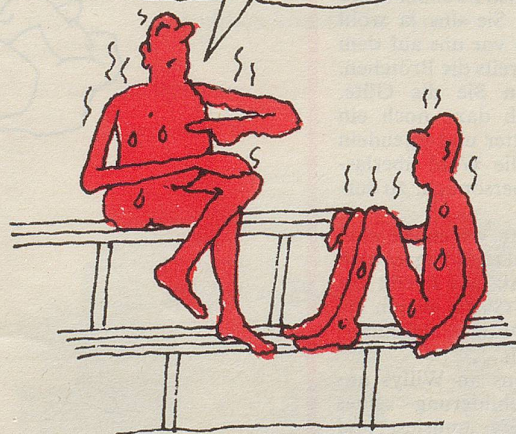
Arterie eines  
Saunisten

Trotzdem etwas Positives.  
Sauna mässig genossen  
fördert die Blutzirkulation.

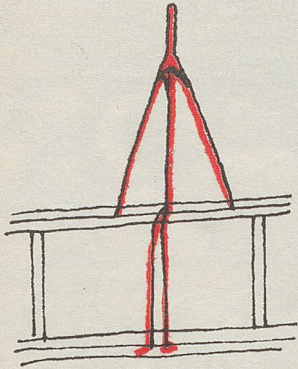


Arterie eines  
Normalen

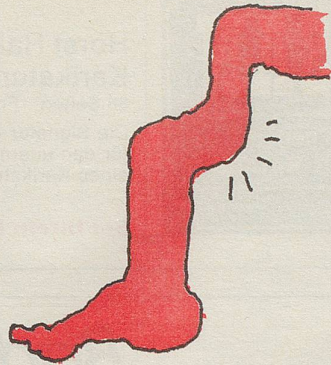
... «Mot. Fahrer Müller  
verschiebt sich jetzt in  
die Pfanne!» – das hab'  
ich dem Kadi glatt ins  
Gesicht gesagt!



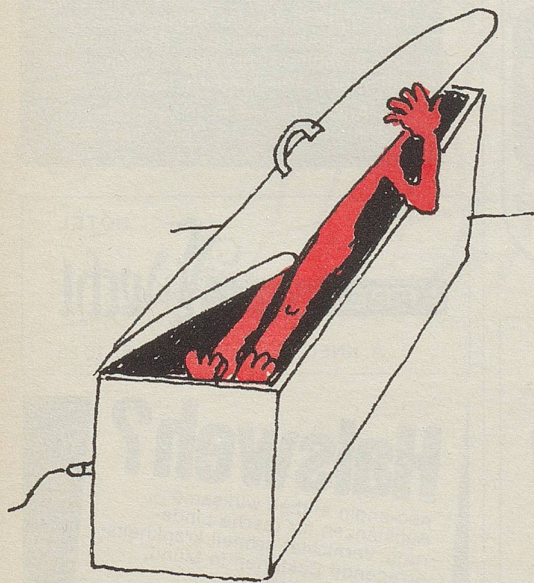
Lügen haben kurze Beine!  
Die Behauptung der Schmorer,  
sie würden in der Sauna  
ausschliesslich finnisch sprechen,  
wird hier eindeutig widerlegt.



Aerzte glauben, dass mit Hilfe der Sauna nur Wasser und kein Fett ausgeschwemmt wird. Falsch. Herr K. wog 250 Kilo. Seit drei Jahren lebt dieser Mann ununterbrochen im Schwitzraum; ohne Essen, ohne Trinken, ohne Schlaf. Heute bringt Herr K. elegante 7 Kilo auf die Waage!



Hier wagen wir ein Fragezeichen zu setzen: Eingefleischte S-Menschen sind felsenfest davon überzeugt, dass der obere Wadenbeinbruch die einzige Krankheit ist, welche die Sauna nicht zu heilen vermag.



Professionelle Schwitzer, sogenannte Transpiratoren, sind oft dermassen überhitzt, dass ihnen nur noch monatelanges Liegen in der Tiefkühltruhe Erleichterung bringt.



In Helsinki hatten wir jeweilen bis gegen 5000 ° C.

Leider gibt es auch unter Süchtigen Bluffer.



Der Teufelskreis schliesst sich:

Saunasucht erzeugt zwangsläufig Biersucht.