

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 115 (1989)  
**Heft:** 1

**Illustration:** [s.n.]  
**Autor:** Barták, Miroslav

### **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:** 13.01.2026

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



## Gsundi Spruch und Witz vom Herdi Fritz

Ein Mann entdeckt auf der andern Strassenseite seinen Arzt und verzieht sich in einen Hausflur. «Werum das?» fragt ein Freund. Darauf der Mann: «Ich ha mi scheniert vor em Tokter, ich bi doch scho so choge lang nümme chrank gsii.»

Manche stossen so ausgiebig auf die Gesundheit anderer an, dass sie dabei ihre eigene ruinieren.

Ein Mann begegnet seinem ehemaligen Arzt und spricht ihn an: «Herr Tokter, vor vierzgjahr händ Sie mir gsait, ich heig nu no öppe es Johr z läbe. Aber ich bin immer no gsund und buschper.» Der Medikus stirnrunzelnd: «I däm Fall sind Sie fälsch behandelt worde.»

Drei Soldaten melden sich krank. Der erste: «Ich hab grauenhaftes Kopfweh.» Der Sanitätsarzt: «Papperlapapp, ich habe Kopfweh, der Bataillonskommandant hat Kopfweh, der Brigadier hat Kopfweh, und wir arbeiten alle. Sie sind gesund!» Der zweite: «Ich hab' fürchterliches Magenweh.» Der Sanitäts-offizier: «Quatsch, ich habe Magenweh, der Bataillonskommandant hat Magenweh, der Brigadier hat Magenweh, und wir arbeiten alle. Sie sind gesund. Der nächste!» Da sagt der dritte zum Sanitäts-offizier: «Bei mir brauchen Sie sich gar nicht zu bemühen, ich bin schwachsinnig.»

Manch einer erlebt es so: Zuerst opfert er seine Gesundheit, um zu Geld zu kommen; dann opfert er sein Geld, um die Gesundheit zurückzuholen.

Was ist Joggen mit Hund? Dogging.

Der Bub kommt mit einem miserablen Schulzeugnis heim, überreicht es dem Vater und sagt tapfer: «Gäll, Bappe, d Hauptsach isch, das mer ali gsund sind.»

Galen, Leibarzt des römischen Kaisers Mark Aurel, schrieb: «Der beste Arzt ist die Natur. Sie heilt drei Viertel aller Krankheiten und spricht niemals schlecht über Kollegen.»

Ein New Yorker schrieb aus den Ferien an seinen Psychiater: «Ich fühle mich hier wunderbar und kerngesund. Warum?»

Der hochsparsame Ehemann, Vater von sieben Kindern, begibt sich mit einer grossen Flasche Urin zum Arzt, bekommt anderntags Bescheid und strahlt: «Chärngsund simmer ali zäme, Hund und Chatz inklusive.»

«Du häsch aagfange riite für dini Linie. Bringt's öppis?»  
«Mir persönlich nid, aber s Ross hät zäh Kilo abgnoh.»

Bethli 1969 auf der von ihr betretenen Frauenseite des Nebelspalters: «Entweder lebt man gesund, oder man hat's lustig.»

Ein Wort von Bert Brecht: «Der grosse Sport fängt da an, wo er längst aufgehört hat, gesund zu sein.»

Aus «Eine Frau ohne Bedeutung» von Oscar Wilde: «Gesundheit – das albernste Wort unserer Sprache, und die volkstümliche Vorstellung von der Gesundheit ist ja bekannt: Der englische Landedelmann, der hinter einem Fuchs hergaloppiert – das Nichtswürdige auf der Jagd nach dem Ungeniessbaren.»

Glück ist, so formulierte Ernest Hemingway, eine gute Gesundheit und ein schlechtes Gedächtnis.

Joachim Ringelnatz pries in seinen «Turngedichten» die körperliche und seelische Wirkung der Leibesübungen: «Sport stärkt Arme, Rumpf und Beine, kürzt die öde Zeit, / und er schützt uns durch Vereine / vor der Einsamkeit.»

Gutenachtgebet eines kleinen Mädchens: «Lieber Gott, mach doch, dass die gesunden Vitamine und das gesunde Eisen im Soft-Eis statt im Spinat sind!»

Elisabeth Schnell von Radio DRS gab einst in einer ihrer «Kafichränzli»-Sendungen zu bedenken: «Tänked Sie draa: Me sött nöd gsünder läbe, als mes vertrait.»

Man wollte dem französischen Lustspiel- und Romanautor Tristan Bernard (1866–1947) in den Mantel helfen. Er wehrte ab: «Lieber nicht, das ist noch die einzige Gymnastik, die ich betreibe.»

Der Filmschauspieler Theo Lingen erzählte von einem Spitalaufenthalt: «Jede Woche bekam ich einen Brief, der meine Gesundung rapid förderte: Arztrechnungen.»

Gesundheit: Das, woran die Jugend nie, das Alter immer denkt.

### Der Schlusspunkt

Der einzige Leerlauf, welcher nützlich ist, ist der Dauerlauf.

