

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 121 (1995)  
**Heft:** 31

**Artikel:** Alles wird gut mit "Gute Besserung"  
**Autor:** Raschle, Iwan / Stamm, Peter / Näf, Peter  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-607641>

### **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:** 29.04.2026

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

# ALLES WIRD GUT MIT

## LIEBE LESERIN, LIEBER LESER

Krank ist die Welt, und krank sind wir. Alle. Wir leiden unter den Folgen unseres Handelns, wir leiden an uns. Keiner ist gesund, für niemanden gibt es die erlösende Aussicht auf Besserung, unser Leben gleicht der beschwerlichen Reise durch Wüste und Sumpf. Dieser Welt. Dieser Gesellschaft, der schönen und reichen und gesunden. Wir sind die Opfer sind wir! Immer. Krank im Kopf und in den Gliedern, angeschlagen im Geist und Körper. Unheilbar.

Furchtbar ist es, und es kommt noch schlimmer. Neue Krankheiten sind im Anmarsch. Heerscharen von Bakterien und Viren haben sich aufgemacht, uns den Garaus zu machen. Endgültig. Nach Pest und Cholera, nach Krebs und Aids und Ebola werden uns neue, gefährlichere Epidemien heimsuchen, und wir werden sie nicht besiegen können – ebensowenig wie die Hundertschaften von Syndromen und psychischen Störungen, die uns das Mitschwimmen im Sog der Zeit erschweren. Wir sind dem Elend machtlos ausgeliefert, können ihm nicht entweichen, nicht mit Hilfe der immer zahlreicher immer mehr Geld verdienenden Ärzte.

Eine schreckliche Zeit kommt auf uns zu, ach, eine grauenvolle.

Wir sollten gleichwohl nicht verzagen. An der Krankheit wachsen, am Widerstand, kämpfen sollten wir. Aufklären und dann handeln, und das alles in Eigenregie. Ohne die hohen Doktoren, die alles wissen und doch nichts können, deren Hände sich an Orte verirren, wo noch nie ein Knie gewachsen ist und wo auch die Psyche nicht wohnt.

Schreiten wir voran, die wir willens sind, gesund zu werden, obwohl wir es nie werden können. Versuchen wir es zumindest, geben wir nicht auf, glauben wir nicht an den Niedergang, sondern beschwören wir das Unmögliche. Vertrauen Sie uns, Kranke, lesen Sie diese Zeitschrift und vor allem die neue Gesundheitssubrik «Gute Besserung». Wie die andern Illustrierten führen nun auch wir einen solchen Serviceteil. Aber einen besseren. Betreut wird er und werden Sie von med. prakt. Peter Näf, Allgemein- und Präventivmediziner mit eigener Praxis in Heiden. Er ist direkt der Chefredaktion unterstellt, das Arztgeheimnis ist somit trotz fehlendem Patent garantiert. Gute Besserung!

Herzlich, Ihr Beraterteam:

IWAN RASCHLE, Chefredaktor und  
Direktor Krisenintervention,  
Ornithologie

PETER STAMM, stv. Chefredaktor  
und Direktor Prävention,  
Notfallchirurgie

MED. PRAKT. PETER NÄF, 23,  
Chefarzt, Heiden

**P.S.:** Ein Abonnement dieser Zeitschrift verhilft Ihnen nicht nur zu kostenloser ärztlicher Betreuung, Sie können sich auch die teuren Krankenkassenprämien sparen: Im Betrag für 52 Ausgaben unseres Hochglanz- und Besserungsmagazins sind diese inbegriffen. Die gute Besserung ist bereits auf bestem Weg, nicht wahr?



# «GUTE BESSERUNG»

**RUDOLF BIRCHER, DISPONENT, 49, REGENDORF**

Ich bin frei, na und? Ich bin es nicht gerne, das heisst: Es macht mir unheimlich Mühe. Neubeginn? Ist gar nicht möglich nach sechs Jahren Knast. Ich komme nicht mehr weg hier. Ein halbes Jahr lang habe ich in Aarau gelebt. Aber ich habe es nicht ausgehalten dort. Furchtbar, diese Stadt. Und erst die Leute! Nun wohne ich hier in Regensdorf, in einem schönen Studio gleich neben dem Knast. Das ist schön, denn ich kann so gut am Morgenspaziergang im Innenhof teilnehmen und mich mit meinen Kumpels zum Zocken treffen. Die haben es eigentlich schöner als ich. Manchmal wünsche ich mir, sie hätten mich noch ein paar Jahre hinter Gittern gelassen. Hier draussen ist es eigentlich viel enger. Ich bin frei und bin es nicht. Ob ich wieder einen Bruch machen sollte? Nichts Grosses, ohne Verletzte und so – aber gross genug, dass ich wieder rein kann. Ich halte diese Freiheit nicht aus. Nicht hier draussen.

MED. PRAKT. PETER NÄF:

*Herr Bircher leidet unter dem Freiheitssyndrom. Das tun andere auch, zum Beispiel die Gründer der Freiheitspartei, Herr Frei aber leidet akut, das heisst: er kann mit der Freiheit nicht leben, wünscht sich lieber wieder in die Gefangenschaft zurück, wo er mit seinen Kollegen zusammensitzen kann. Wo er sich wohl fühlt. Zu diesem Zweck scheut Herr Bircher selbst vor kriminellen Aktionen nicht zurück. Das ist schlimm. Herr Bircher sollte sich dringend bemühen, die Unfreiheit in der Freiheit zu suchen. Einer Partei beizutreten oder einer Sekte, um nur zwei mögliche Therapieformen zu nennen. Möglich wäre*

*auch eine parakriminelle Vereinigung. Von diesen gibt es in Industrie, Wirtschaft und Politik viele. Ich empfehle Herrn Bircher dringend, einen Spezialisten aufzusuchen.*

**SILVIA KARIN GHISLETTI, PSYCHOTHERAPEUTIN, 47, CHUR**

Als ich studierte, war das für eine Frau noch keine Selbstverständlichkeit. Und schon gar nicht in

## SCHICKSALE, DIE AUCH UNS EREILEN KÖNNTEN

Graubünden. Aber ich habe mich gegen meine Eltern durchgesetzt und erst ein Germanistik- und dann ein Psychologiestudium absolviert. Meine Nebenfächer waren Kunstgeschichte und Philosophie. Ich habe also ein ziemlich breites Wissen und gelte in meiner Bekanntheit als wandelndes Lexikon. Ausserdem spreche ich vier Sprachen nahezu perfekt. Ich habe Briefkontakt mit den französischen Freudianern und verkehre in meiner Freizeit in Künstler- und Intellektuellenkreisen. Mein Lebenspartner ist ein erfolgreicher Architekt. Kürzlich waren Handwerker bei uns im Haus, und als ich ihre Pausengespräche hörte, merkte ich plötzlich, wie sehr ich mich danach sehne, wieder einmal mit jemandem über belanglose Probleme zu sprechen und haltlose Meinungen zu vertreten, die ohnehin niemand ernst nimmt.

MED. PRAKT. PETER NÄF:

*Frau Ghisletti ist eine hochintelligente und gebildete Frau. Aber Intelligenz und Bildung haben*

*auch ihre Schattenseiten. Eine Frage ist wie eine Tür zur Unendlichkeit, während Antworten die Backsteine zu den Mauern sind, die wir um uns bauen. Aber niemand hat eine wirklich umfassende Bildung. Frau Ghisletti muss wieder lernen zu fragen, muss ihre Schwächen suchen und pflegen. Kreuzworträtsel können dabei eine wertvolle Hilfe sein. Wer kennt schon alle Nebenflüsse der Donau, wer die*

*Geliebten des Zeus? Auch die Welt des Sports ist für viele Intellektuelle ein Buch mit sieben Siegeln. Der Versuch, sich an die Gewinner des Cups der Cupsieger zu erinnern, kann gebildeten Menschen den Glauben an die eigene Unfehlbarkeit nehmen und ihrem Leben neuen Sinn geben. Sollte auch das nicht helfen, empfehle ich Frau Ghisletti den Rat eines Spezialisten zu suchen.*

**MARGRIT INAUEN-WILDHABER, RENTNERIN, 70, SULGEN**

Mein Mann und ich wohnen seit vierzig Jahren in Sulgen, und es gefällt uns immer noch gut. Seit zwanzig Jahren haben wir ein eigenes, kleines Haus. Früher hat Hans in der Milchpulverfabrik im Büro gearbeitet, hat gut verdient und konnte mit dem Velo zur Arbeit fahren. Unsere drei Kinder haben gute Berufe, und wir haben schon sieben Enkel und Enkelinnen. Sie besuchen uns oft, aber ohne uns zur Last zu fallen. Wir sind gesund und unternehmen viel mit unseren zahlreichen, guten Freunden. Mein Mann arbeitet viel

in unserem grossen Garten, und ich lese und mache Handarbeiten. Hans und ich sind rundum zufrieden. Was haben wir nur falsch gemacht?

med. prakt. Peter Näf:

*Nichts haben Sie falsch gemacht, liebe Frau Inauen-Wildhaber, das Schicksal hat Ihnen ganz einfach böse mitgespielt. Vermutlich sind Sie umgeben von Menschen mit interessanten Problemen, mit aufregenden Krankheiten und missratenen Kindern. Aber Sie dürfen nicht vergessen, dass hinter der Fassade von grossartigen Problemen oft langweilige Zufriedenheit lauert. Es wird nirgends so viel gelogen wie bei Problemen. Indem sie offen zu Ihrer Zufriedenheit stehen, haben Sie schon den ersten Schritt zur Besserung getan*

**BARBARA VON ARX, SEKRETÄRIN, 36, KIRCHBERG**

Ich bin gesund. Das sagt mir mein Arzt, aber ich kann es nicht wirklich glauben. Manchmal schmerzt mich der linke Oberarm, dann stelle ich eine leichte Erhöhung fest hinter dem rechten Ohr, ein schmerzendes Muttermal unterhalb des Knies, und auch der Darm scheint nicht immer zu funktionieren. Der Arzt sagt, das komme vom vielen Obst, aber das kann nicht sein, denn ich habe gelesen, Obst dürfe man soviel essen, wie man will, es mache nicht dick. Und dann habe ich im Büro immer Probleme mit der Konzentration. Ob das ein Tumor ist? Am meisten Mühe macht mir allerdings, dass meine Rippen hervorstehen, seit ich so schlank bin. Wenn ich am Morgen aufstehe, schmerzen sie mich meistens, und ich befürchte, dass sie sich abnutzen. Der Gedanke daran,

keine künstlichen Rippen zu bekommen, wenn meine echten durchgescheuert sind, bereitet mir immer wieder schlaflose Nächte. Zuwenig Schlaf aber – stand kürzlich in der Brigitte – sei nicht gesund. Meine Kolleginnen haben es einfacher, die haben alle eine Krankheit und haben mit dieser leben gelernt.

MED. PRAKT. PETER NÄF:

*Frau von Arx ist gesund. Damit umzugehen ist schwierig, gerade in dieser Zeit. Ihre Ängste zeigen zudem auf, dass auch Gesundheit krankmachen kann. Frau von Arx handelt aber richtig: Sie hört auf ihren Körper und versucht, rechtzeitig dessen Signale wahrzunehmen. Ernst zu nehmen. Gleichwohl empfehle ich ihr einen Checkup sowie die regelmäs-*

*sige Konsultation eines Spezialisten.*

ANDRÉ GEHRIG, INFORMATIKER,  
45, BIEL

Sex war für mich schon als kleiner Junge ein Thema, und seither hat er mich nicht mehr losgelassen. Ich bin mitten in der sexuellen Revolution gross geworden, da ist so ziemlich was gelaufen. Später hab' ich dann geheiratet, aber nach einigen Jahren lief es nicht mehr so richtig mit meiner Frau. Wir haben Paartherapien gemacht, waren ein paarmal in Poona, Gruppensex und Partnerwechsel und so, aber das hat nichts gebracht. Und auch die ganzen Kurse nicht, Partnermassage, orientalische Liebetechniken, Kochen für Gäste. Dann hab' ich mich von meiner Frau getrennt und bin ein bisschen schwul geworden. Und dann wurde AIDS

aktuell, und da hab' ich das auch wieder aufgegeben. Ein paar Monate lang habe ich es dann mit einem Arbeitskollegen zusammen allein versucht. Das war irgendwie lustig, auf die Dauer aber recht langweilig. Ein paar Jahre lang habe ich deshalb überhaupt nichts mehr gemacht in sexueller Hinsicht. Das ist nicht sehr spannend, weshalb ich mich dann doch wieder verliebt habe. Leider hat mich die recht wilde Zeit mit recht vielen Frauen ziemlich mitgenommen, so dass ich vor zwei Monaten beschlossen habe, wieder mit meiner Frau zusammenzuziehen.

MED. PRAKT. PETER NÄF:

*Herr Gehrig ist ein Kind seiner Zeit. Nachdem er in seiner Jugend viele Abenteuer hatte, heiratete er. Aber die Ehe hielt nicht, was er sich davon versprochen hatte.*

*Deshalb machte er mit seiner Frau verschiedene Kurse und schreckte auch vor sexuellen Experimenten wie der Homosexualität nicht zurück. Schliesslich fand er zu einem keuschen Lebenswandel, der ihn nun aber auch nicht befriedigt. Die Laufbahn von Herrn Gehrig ist nicht aussergewöhnlich. Dennoch drängt sich für ihn die Konsultation eines Spezialisten auf.*

INES BRUNHART, FOTOMODELL,  
29, LUZERN

Natürlich ist beim Erfolg auch immer etwas Glück dabei, aber ich glaube schon, dass ich wirklich schön bin. Das sagen auch meine Freunde. Mein Gesicht und meine Figur sind ziemlich perfekt, nur mein Becken ist eine Spur zu breit. Aber das ist im Moment glücklicherweise gefragt. Meine Karriere ging eigentlich ganz reibungslos. Ich hab' mich nie irgendwo reinpennen müssen, ich war einfach schön. Aber dann seh' ich manchmal hässliche Frauen auf der Strasse und denke mir, was haben die, was ich nicht habe. Und dann denk' ich, ich bin einfach zu schön. Und sogar gesund. Ich kann essen, was ich will und werde nicht dick. Und Freunde hab' ich, so viele ich will. Gute Männer, sympathisch, wohlhabend, gutaussehend. Ich weiss einfach nicht, was ich machen soll. Manchmal bin ich total verzweifelt und wünsche mir die verrücktesten Dinge: Muttermale, fettige Haare oder so was. Einfach ein bisschen Aufregung, Abwechslung. Probleme eben.

MED. PRAKT. PETER NÄF:

*Schön zu sein war nie einfach. Viele schöne Frauen starben frühzeitig wie Marilyn Monroe und Grace Kelly, andere wurden Tierschützerinnen oder nahmen sonst ein böses Ende. Das Hauptproblem schöner Frauen ist die Perspektivenlosigkeit ihres Lebens. Sie werden – bildlich gesprochen – auf dem Gipfel des Berges geboren, und rund um sie*

«Krankheit muss nicht schlimm sein», sagt Ruedi Ineichen, Charcuterie-Verkäufer, 47, Bern,  
im Interview mit med. prakt. Peter Näf, 23, Chefarzt mit eigener Praxis in Heiden

## EINER, DER UNS HOFFEN LÄSST

PETER NÄF, CHEFARTZ: Herr Ineichen, wie geht es uns heute?

RUEDI INEICHEN, CHARCUTERIE-VERKÄUFER: Na ja, man will nicht klagen.

Beschreiben Sie unseren Lesern und Leserinnen doch kurz, was bei Ihnen alles nicht stimmt.

Wie meinen Sie das?

Worunter leiden Sie?

Ich leide nicht.

Aber Sie sind doch übergewichtig, leiden unter Bluthochdruck, der Arzt hat Ihnen das Trinken verboten, Sie sind impotent und schlagen Ihre Frau, Sie haben Schulden und eine zweijährige uneheliche Tochter, Sie sind ungebildet und auch dumm, und das alles ist

Ihnen völlig egal, Sie machen weiter, wie Sie immer gelebt haben?

Ja. So ist es.

Das ist am besten so für Sie?

Genau.

Also kurz gesagt, es geht Ihnen dreckig, und Sie fühlen sich sauwohl dabei?

Stimmt.

Äh, kann ich sonst noch etwas für Sie tun?

Das sage ich auch immer in der Bude: Dörf's no e bitzeli meh sy?

Im Ernst: Sie brauchen keine Behandlung?

Wozu auch? Ich habe ja schon alles.

Besten Dank für das Gespräch, Herr Ineichen. Es zeigt unseren Leserinnen und Lesern eindrücklich, dass es einem auch gutgehen kann, wenn es einem dreckig geht.

Ja.

Ihnen geht es wirklich ganz gut dabei?

Schon, ja.

Besten Dank für das Gespräch, Herr Ineichen.

Genau.

Ja. Danke.

Adie, Merssi.

GESPRÄCHSLEITUNG: MED. PRAKT. PETER NÄF,  
23, CHEFARTZ MIT EIGENER PRAXIS IN HEIDEN.

geht es nur bergab. Besonders schwierig ist für sie die Zeit, in der sie ihre Schönheit langsam verlieren. Frau Ines' Wunsch nach fettigem Haar oder nach Muttermalen wäre also kaum eine Lösung ihres Problems. Statt dessen sollte sie den Rat eines Spezialisten suchen.

PHILIPPE VON DESCHWANDEN,  
ESSAYIST, 53, NEUCHÂTEL

Meine Familie ist seit Generationen reich. Altes Geld, wie man sagt. Wir hatten es nie nötig, zu arbeiten. Aber wir tun es natürlich trotzdem. Ein grosses Vermögen fordert grosse Anstrengungen. Je mehr Geld man hat, desto mehr kann man verlieren. Mein Vater hatte eine richtiggehende Verarmungsangst und hat meine Mutter und uns Kinder immer knapp gehalten. Darunter leide ich glücklicherweise nicht, mich belastet einfach, dass nicht genug neues Geld zum alten dazukommt. Bei ständig steigenden Zinssätzen ist unsere Rendite beängstigend abgesackt, und wenn es so weitergeht, reicht es bald nicht mehr, um die Ländereien zu unterhalten, die mir mein Vater vererbt hat. Ich denke halt einfach, dass auch Leute wie ich Anrecht auf ein bisschen Glück haben.

MED. PRAKT. PETER NÄF:

*Immer wieder melden sich reiche, unglückliche Menschen bei mir. Ihnen gebe ich das Bibelwort mit auf den Weg, dass eber ein Kamel durch ein Nadelöhr kommt als ein Reicher in den Himmel. Grund falsch wäre es hingegen, seinen Reichtum zu verleugnen oder gar zu verschenken. Wir sind ange-*

*halten, uns mit uns selbst zu ver-söhnen, unser Schicksal anzunehmen und demütig zu ertragen. Herrn von Deschwanden empfehle ich im ostasiatischen Wirtschaftsraum zu investieren, der momentan die grössten Zuwachsraten bei relativ geringem Risiko verzeichnet. Für konkrete Titelempfehlungen empfehle wir den Beizug eines Spezialisten.*

