

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 141 (2015)  
**Heft:** 2

**Illustration:** Arztvisite  
**Autor:** Lanta [Lichtensteiger, Roland]

### **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:** 17.04.2026

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



LANTA (ROLAND LICHTENSTEIGER)

## Von A bis P

Dass Natur dem Menschen diene, dafür gibt es Vitamine. Alphabetisch folgt dem A B, C, D, E und dann K. Meistbekanntes Vitamin mit der Säure Ascorbin ist das C, kann innewohnen Sanddorn, Grüntee und Zitronen. D gewinnt man immer frisch aus dem Leberöl vom Fisch, und das E schluckt man daheim in dem Öl von Weizenkeim. K gewinnt man aus Luzerne, auch enthaltens Eier gerne, und vom B gibts mit Bedacht als Komplex sogar gleich acht, ohne 4 zwar, 8, 10, 11, endend trotzdem mit B12. Nicht numm'riert weckt B Int'ressen, doch das steckt in keinem Essen, ist auch keineswegs botanisch, und nicht chemisch anorganisch. Denn mit einiger Bemühung heisst dies B: man braucht Beziehung,

um ein Pöstchen zu erschleichen, um Bestrafung auszuweichen, allgemein zu sein beliebt – was es ohne B kaum gibt. Wichtig, dass man jemand kennt, den man seinen Förd'rer nennt. Vorsicht gilt, wenn sich entpuppt, dass die Förderung korrupt! Dann mutiert das B zu P, und bedeutet Protegé.

HANSKARL HOERNING

## Nahrungsergänzung

### Die Frage

Sehr geehrte Damen und Herren, Seit Monaten nehme ich täglich Ihre vitosan-Kapseln ein, weil mich Ihre Werbung absolut überzeugt hat. Die gesunden Bestandteile wie Vitamin C, Magnesium und verschiedene andere tragen zweifellos zu meiner Gesundheit bei. Der Beweggrund für den Beginn war das Versprechen Ihrer Verkäuferin am OLMA-Stand, dass die regel-

mässige Einnahme von Magnesium dem Intelligenzquotienten zuträglich ist und durch eine Stimulation der Basismotivation die eigene Weiterbildung fördert.

Nun habe ich am Wochenende ein interessantes Buch über Lebensmittel gelesen und herausgefunden, dass eine Banane so viel Magnesium enthält wie eine ganze Wochenration von vitosan. Das wäre an sich kein Problem, wenn da nicht der Preisunterschied wäre. Während eine Banane kaum fünfzig Rappen kostet, schicke ich Ihnen für Ihre Kapseln jeden Monat satte 89 Franken plus Porto! Ich bin über diesen Sachverhalt recht irritiert und verlange eine Stellungnahme.

Mit freundlichen Grüssen  
Martin Bürgisser

### Die Antwort

Sehr geehrter Herr Bürgisser,  
Danke für Ihr Schreiben. Sie haben natürlich recht. Es freut uns, dass vitosan offensichtlich wirkt.

RUEDI STRICKER