

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 61 (2004)  
**Heft:** 4: Adieu Frühjahrsmüdigkeit!

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Zehnder, Ingrid

### **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:** 23.02.2026

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





## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Der eine (Möricke) dichtet romantisch: «Es dringt der Sonne goldner Kuss / Mir tief bis ins Geblüt hinein.» Der andere (Tucholsky) reimt etwas drastischer: «Das Lenzsymptom zeigt sich zuerst beim Hunde / dann im Kalender und dann in der Luft / und endlich hüllt auch Fräulein Adelgunde / sich in die frisch gewaschene Frühlingskluft.»

Frühlingsgefühle. Lassen Sie sich nur an Farbe, Wärme, Licht, Konjunkturdaten, Arbeitslosenstatistiken, Gartenprospekten, Vogelbalz und Maulwurfshügeln festmachen oder gibt es für ihre Existenz beim Menschen handfeste Beweise? Was ist dran an der Behauptung, im Frühling hätten wir mehr Schmetterlinge im Bauch als im Winter?

Einig sind sich die Wissenschaftler in dieser Frage ganz und gar nicht. Die einen behaupten, natürlich gäbe es beim Menschen, wie übrigens auch in der Tierwelt, hormongesteuerte Frühlingsgefühle, die mit dem günstigsten Zeitpunkt für den «Nestbau» zusammenhängen. Alles Einbildung, sagen andere Forscher. Wir hätten uns so weit von der Natur entfernt, dass der biologische Sinn der Frühlingsgefühle längst keine Rolle mehr spiele. Seit das Kunstlicht die Nacht zum Tag mache und wir es im Winter so kuschelig warm hätten, dass die Kälte kaum noch zum Tragen komme, sei die Lust im Lenz der Zivilisation zum Opfer gefallen. Echte Frühlingsgefühle machen Hormonforscher nur noch bei den Eskimos aus. Im ewigen Eis, wo Frauen im Winter oft sechs Monate keine Periode hätten, führten die ersten längeren Tage oft zu einer Explosion der Fruchtbarkeit mit einer steigenden Quote von Zwillingsgeburten.

Wie dem auch sei – vielleicht ist diese Diskussion im Zeitalter der monatlichen Hormonpillen sowieso absurd. Freuen wir uns trotzdem auf die frische neue Jahreszeit – auch wenn wir unsere Frühlingsgefühle «nur» dadurch ausdrücken, dass wir uns aus den dicken Kleidern pellen, dass wir die Sonne auf der nackten Haut genießen, wir Spass beim Umtopfen und Gärtnern haben, Hyazinthenduft uns schwindlig macht und unsere Augen sehnsüchtig beruhigendes Grün tanken, dass wir die Fliegenklatsche hervorkramen und eine Stunde früher aufstehen (müssen).

**Bleiben Sie frühlingsfrisch und gesund. Herzlichst Ihre**

Ingrid Zehnder