Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin

Band: 106 (1980)

Heft: 15

Illustration: So Herr Müller, jetzt tüchtig zugreifen. Damit Sie wieder gesund und stark werden

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: 01.07.2025

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

BRUNO KNOBEL

Leben wird immer lebensgefährlicher

Spinat und Milch

Essen ist auch nicht mehr, was es einst war! Wenn es wirklich so ist, dass der Mensch ist, was er isst, dann wird der Mensch bald nichts mehr sein. Die Menschen werden zu armen Schluckern, wenn es nun bald so weit sein wird, dass sogar leeres Schlucken ungesund ist. Aber ich greife vor.

Für mich hat es eigentlich begonnen mit dem Spinat. Um das zu verstehen, muss man wissen, dass ich zu jener höchst bedauernswerten Generation gehöre, die von jedem Richter, der auch nur über die geringsten psychologischen Grundkenntnisse verfügt, mildernde Umstände wegen «unglücklicher Jugend» zugebilligt erhielte. Mein Jugendtrauma besteht darin, mit allen jenen hinlänglich bekannten Mitteln, die Erwachsenen mit Erziehungsabsichten zur Verfügung stehen, gezwungen worden zu sein, Spinat zu essen, «weil er so ungemein gesund» sei. Erst viel später, als ich Spinat bereits ungezwungen und also auch nicht ohne Genuss ass, verbreiteten Ernährungswissenschaftler die erstaunliche Kunde, Spinat sei mitnichten gesund, um nicht zu sagen: schädlich. Das hatte ich schon als Kind gewusst.

Dann folgte die Sache mit der Milch: Aufgewachsen in täglicher Konfrontation mit der mütterlichen Aufforderung «Trink die Milch aus, sonst wirst du nie gross und stark!» blieb mir diese Gewohnheit auch später, gefördert noch durch den neuzeitlichen Slogan, der verheisst, Milch mache müde Männer munter – bis mein Hausarzt anlässlich eines humanmedizinischen Oelwechsels darauf stiess und mich ebenso väterlich wie kopfschüttelnd ermahnte: «Aber bitte, doch nicht in deinem Alter – Milch ist nur für Säuglinge gut!»

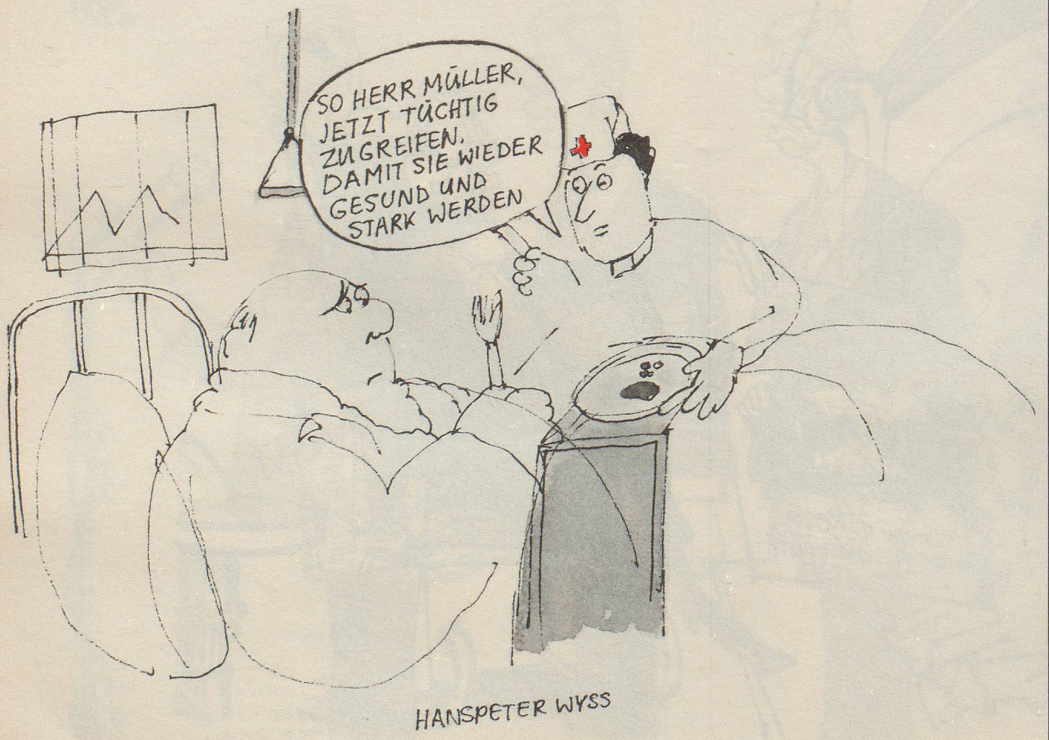
Kaffee und Tee

Dann wurde mir der Kaffee vergällt. Er sei ganz und gar nicht gesund, hiess es. Das Rösten erzeuge Schadstoffe. Besonders der Trockenkaffee, obwohl am Fernsehen so ungemein gepriesen, sei schädlich, und im übrigen müsse man sich stets vor Augen bzw. den Magen halten, dass Kaffee untrennbar verbunden sei mit Koffein, und das mahne zu höchster Zurückhaltung. Da sei Tee denn schon viel eher zu empfehlen.

Doch lange ging es nicht, dann wurde in ähnlicher Weise auch der Tee verteufelt. Er Unterscheide sich bezüglich Schädlichkeit vom Kaffee überhaupt nicht. Koffein oder Teein – das sei gehupft wie gesprungen, denn beide enthielten sogenannte Mutagene, welche «bekanntlich» Veränderungen im Erbgut auslösen sollen und krebserregend seien.

Kaum hatte ich mich von diesem Schock sowie vom sofortigen Verzicht auf Kaffee *und* Tee erholt, kam der nächste Schlag: Bier sei krebserregend, wegen seiner Nitrosamine, was irgendwie mit der Malzherstellung zusammenhängen soll. So dass ich mich auf den Genuss von Wasser hätte beschränken müssen, wenn in ebendemselben – wie berichtet wurde – nicht auf eine erschreckende Weise das schädliche Nitrat zugenommen hätte, was immer das sein mag.

Brot, Gemüse und Fleisch

Auf die erheblichen gesundheitlichen Nachteile des Brotes stiess ich gewissermassen auf der Autobahn. Links und rechts davon breiteten sich Kornfelder aus, und als ich mir vorstellte, welche Mengen von Blei und anderen unbekömmlichen Bestandteilen der Autoabgase darin und damit auch im Mehl ihren Niederschlag finden, da vermochte mich selbst der Gedanke an «Brot vom Beck» nur noch in höchst bescheidenem Mass zu reizen. Hellhörig geworden auf Blei – wenn ich so sagen darf – war ich übrigens im Zusammenhang mit dem Gemüse. In Zeitungen war nämlich in grosser Aufmachung berichtet worden, wieviel Blei sich hatte finden lassen in Obst und Gemüse, das an verkehrsreicher Strasse in offener Auslage den Abgasen ausgesetzt gewesen war.

Nach Milch und Brot war also aus gesundheitlichen Gründen auch Gemüse vom Speisezettel abzusetzen, und dies um so eher, als ich dann überdies noch vernehmen musste, wegen landwirtschaftlicher Ueberdüngung nehme der Mensch auch zuviel Nitrat auf, und zwar 70 % allein aus Blattgemüsen und -salaten. Deshalb geriet ich in einen nicht geringen Gewissenskonflikt, als die Depeschenagentur eine Mitteilung verbreitete, wer das höchste der derzeitigen Gebote – Energiesparen – befolgen wolle, der müsse Nüsslisalat essen. Er komme nämlich im Gegensatz zum Kopfsalat in den Treibhäusern ohne Heizung aus und leiste damit einen nicht zu unterschätzenden Beitrag zum Energiesparen. Aber ich ge-