

## Texte aus der Dokumentationsbibliothek



TP 2003-4, s.12-15, Von des Bads Pfeffers Kräfften und Wirckung  
Terra Plana  
Heini Hofmann, Jona



Symbolhaft für die «Schweizer Krankheit»  
Heimweh: Abendliche Hirtenszene aus der  
«Sammlung von Kühreihen und Volksliedern»  
von 1818. (Bild: ZBZ)

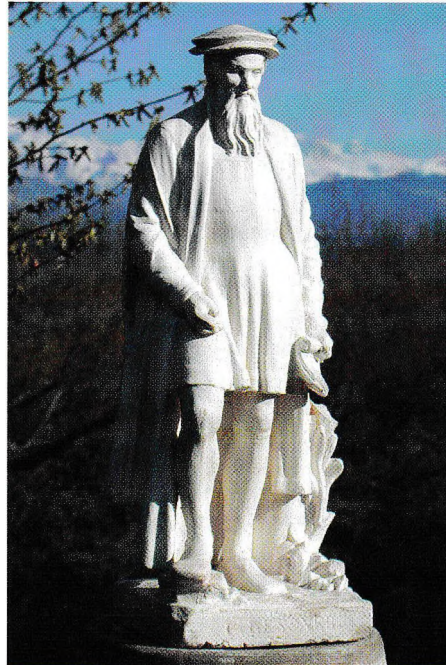
# Von des Bads Pfeffers Kräfte und Wirckung

Alpenmythos und Medizin – ein faszinierendes Kapitel Kulturgeschichte

Heini Hofmann, Jona

**A**ngst und Ehrfurcht dominierten einst das Alpenbild des Menschen. Dann mutierte das Gebirge zum Symbol für Naturkraft und Gesundheit. Quellwasser, Höhenluft und Alpenmilch bekamen Heilmittelstatus. Dadurch wurden die Alpen zur Therapielandschaft. Ein faszinierendes Kapitel Kulturgeschichte!

Plakativer liesse sich die medizinische Bedeutung der Alpen wohl kaum darstellen, als dies Johanna Spyri, selbst Arzttochter, im Welterfolg «Heidi» getan hat: Wenn der ungehobelte Geissenpeter das künstliche Hilfsmittel eines kränkenden Stadtmädchens trotzig von der Felswand stösst und zerschellen lässt, beschwört er ungewollt die heilsame Wirkung der Natur – und Klara lernt auf der Alm wieder gehen... Die Alpen – eine einzige grosse Kraftlandschaft? Eine Ausstellung im Medizinhistorischen Museum der Universität Zürich versucht die Antwort zu geben.



Der Zürcher Stadtarzt, Botaniker und Universalgelehrte Konrad Gessner (1516–1565) war ein Pionier der Alpenforschung und Heilpflanzenkunde. (Bild: MHIZ)

## «Schweizertee» aus Zizers

Lange bevor sie die Wissenschaft zu solchen erklärte, waren Heilpflanzen aufgrund von Erfahrung genutzt worden. Manch bekannte Medizinalpflanze – wie Alpenschafgarbe, Gelber Enzian oder Meisterwurz – findet sich nur im Gebirge. Bereits die frühen Universalgelehrten erkannten, dass Bergkräuter kleiner sind und intensiver duften. Der «Schweizertee» aus Alpenpflanzen eroberte ganz Europa, zumal nachdem Albrecht von Haller die Rezeptur noch optimiert hatte.

Und obschon man im 19. und 20. Jahrhundert vermehrt auf schnell wirkende chemische Heilmittel setzte, sollten die Heilkräuter aus der Schweiz ein Revival erleben. «Kräuterpfarrer» Johann Künzle verhalf der traditionellen Pflanzenheilkunde zu neuem Auftrieb. Vom bündnerischen Zizers aus exportierte er seine Kräutermischungen in alle Welt, und seine Broschüre «Chrut und Uchrut» wurde

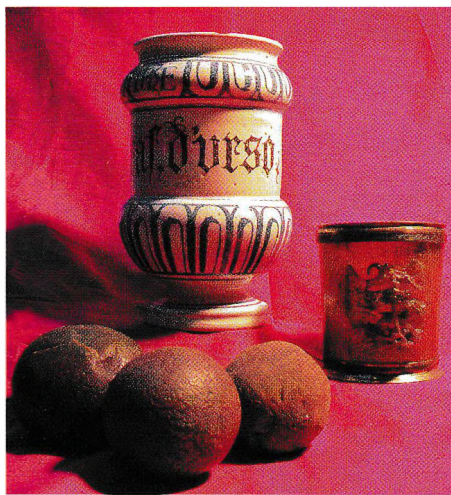
## Schweizer Krankheit Heimweh

Anno 1688 wurde für Heimweh, das als typische Schweizer Krankheit galt, die wissenschaftliche Bezeichnung «Nostalgia» eingeführt. Als Ursache nahm man zuerst eine «unrichtige Einbildungskraft» an, später die dicke Luft im Unterland, die Berglern, wenn sie herabsteigen, die Adern zusammendrücken und das Herz beschwere.

Schweizer Söldner in Frankreich sollen beim Ertönen des «Kuhreihens» («Ranz des vaches») erkrankt und desertiert sein. Im 18. Jahrhundert sah man dann den Grund für «Nostalgia» im Verlust heimatlicher Gewohnheiten. Der «Alpenstich» wiederum, der auf Brust und Lunge schlug, wurde dem Föhn angelastet. HH



Wie geächtet die Räuberei früher war, zeigt dieses Bild von 1893 aus dem Misox. Der letzte Schweizer Braunbär wurde 1904 im Unterengadin erlegt. (Bild NMB)



Stilleben aus der Bergapotheke: Bärenfetttopf und Gefäss aus Steinbockhorn; vorne Bezoare, Haarkugeln aus dem Magen von Gämsen und Steinwild. (Bild: PHMB)

ab 1911 mit über zwei Millionen verkauften Exemplaren zur erfolgreichsten Schweizer Publikation aller Zeiten.

### Munggenfett und Bezoare

Rücksichtslose Bejagung von Alpentieren durch Jäger und Wilderer geschah nicht bloss des Fleisches und der Trophäen wegen; verschiedene Körperteile und Organe wurden zu Arzneien verwendet, so etwa Marmelotierfett gegen rheumatische Erkrankungen, Bartgeierinnereien gegen «Fallende Sucht» (Epilepsie) oder Bären-galle gegen Gallensteine. Auch dem Stein-

### Drei Alpennotablen

Ein Dreigestirn von Gelehrten hat sich seit der Renaissance mit der Gebirgs-landschaft und deren Pflanzen und Tieren befasst. Nicht von ungefähr waren sie alle Unterländer, denn im Kontrast zur urbanen Welt wurden ihnen die Vorzüge alpiner Natur besonders bewusst. Und weil alle drei zugleich praktizierende Ärzte waren, richteten sie ihr Augenmerk auf die gesundheitsfördernden Aspekte der Bergwelt. Im 16. Jahrhundert war es der Zürcher Stadtarzt Konrad Gessner (1516–1565), im 17. Jahrhundert Johann Jacob Scheuchzer (1672–1733), auch er Zürcher Stadtarzt, und im 18. Jahrhundert der Berner Arzt Albrecht von Haller (1708–1777), welche den Menschen die Berge näher brachten. Letzterer löste mit seinem Gedicht «Die Alpen» sogar eine paneuropäische Begeisterung aus. HH

wild wurde abergläubische Volksmedizin zum Verhängnis.

Die geballte Kraft des mächtigen Hornträgers, seine – trotz scheinbar plumpem Körper – elegante Kletterkunst und die extreme Härte gegenüber den mörderischen Strapazen des Bergwinters haben den Steinbock in den Augen der Menschen zum Symbol für robuste Gesundheit werden lassen. Praktisch alles an dieser «kletternen Apotheke» sollte für oder gegen etwas gut sein, heilend oder magisch wirken – vom Horn übers Herz bis zu Mark und Blut, ja sogar Herzkreuzchen (Verknöcherungen im Austrittsbereich der Herzkreisläufchen) und Bezoarkugeln (eingeschlechte und im Magen strumpfkugelartig zusammengeklebte Haare).

### Drachenstein und Mondmilch

Auch mineralische Produkte dienen als Arznei, so zum Beispiel Bergkristall, als Lutscher im Mund zum Durststillen (weil Kristall als «verdichtetes» Wasser galt) oder pulverisiert eingenommen zur Bekämpfung der Ruhr. Besonders gefragt unter den «Mineralien» waren Steine von Bergdrachen, wie der berühmt gewordene Luzerner Drachenstein, eine mit seltsamen Zeichen verzierte Steinkugel, die anno 1420 ein von der Rigi zum Pilatus fliegender Drache bei Rothenburg habe fallen lassen, umschlossen von einem Blutkuchen ...

Seit Jahrhunderten hatten Äpler von einer Höhle am Pilatus die Mondmilch (eigentlich Montmilch = Bergmilch) ins Tal gebracht, feine Kalziumkarbonat-Ablagerungen des Höhlenbachs. Im Luzernerischen galt diese «Milch», mit Wasser angerührt, noch bis 1900 als Heilmittel gegen Sodbrennen und Muttermilchmangel. Auch das Gletschersalz oder Sal Alpinum galt als Allerweltsmittel gegen vielerlei Gebrechen. Bei diesem weissen Mineral handelt es sich um Magnesiumsulfat, das – gleich wie das Natriumsulfat (Glaubersalz) – abführende Wirkung hat.

### Ziegenmolke und Kuhdung

Ab Mitte 18. Jahrhundert kamen Kuraufenthalte in den Bergen in Mode, zuerst im Alpenvorland. Die Ziegenmolke machte im Appenzellerland – ausgehend vom Flecken Gais, damals bekanntestes Dorf der Schweiz – Furore im Kampf gegen die

### «Porchabella» – das Ötzi-Pendant

Auf dem Porchabellagletscher, am Fusse des Piz Kesch bei Bergün, wurden 1988/1992 Körperteile und Gegenstände einer jungen Frau von gut zwanzig Jahren gefunden. Bei dieser Gletscherleiche dürfte es sich um eine Hirtin handeln, die im 17. Jahrhundert vielleicht nach versprengten Tieren suchte und dabei in eine Gletscherspalte fiel. Die Machart der Schuhe sowie das Mitführen eines Rosenkranzes (in einem damals schon konvertierten Gebiet) liess vermuten, dass es sich um eine Österreicherin handelte. HH

Volksseuche «Schwindsucht» (Lungentuberkulose). Mancherorts, so im Heinrichsbad bei Herisau, kombinierte man die Molke mit dem Kuhdung: Im Krankenzimmer über dem Kuhstall nutzte man die therapeutische Wirkung der Ammoniakdämpfe ...

Immer mehr entwickelte sich im Gras- und Viehzuchtland Schweiz eine eigentliche Milchkultur, wobei der weisse Saft ab der Bergweide als besonders gesundheitsfördernd galt. So konnte dann im 19. Jahrhundert die Schweizer Alpenmilch – in Form von Kondensmilch, Milchpulver und Milkschokolade – ihren gewaltigen Siegeszug rund um die Welt antreten.



Der Stich von Matthäus Merian zeigt die alten Bäder in der Taminaschlucht und im Vordergrund die neue, leichter zugängliche Badeanlage von 1630. (Bild: MHIZ)

## Der grosse Bäderboom

Die quellenreiche Schweiz erwies sich schon früh prädestiniert für Bade- und Trinkkuren, die mindestens vier Wochen dauerten. Gebadet wurde, bekleidet mit langem Hemd, an die zehn Stunden am Tag, bis dass die «Urschlechte», ein Badeausschlag, auftrat. Bei Trinkkuren wurden bis zehn Liter Quellwasser pro Tag einverleibt... Diese Frühform des Tourismus erfuhr durch den Ausbau der Verkehrswege im 19. Jahrhundert zusätzlichen Aufschwung.

Die ältesten und zugleich höchstgelegenen Heilquellen der Schweiz sind die eisenhaltigen von St. Moritz, die schon Paracelsus zur Trinkkur empfohlen hatte, die heissesten dagegen die Kalziumsulfid-Thermen von Leukerbad. Als verborgenste Quelle kann sich jene von Pfäfers in der Taminaschlucht rühmen, die später auch Bad Ragaz versorgte. Die «radioaktivste» war die St.-Placi-Quelle bei Disentis, die erst dann aus der Mode kam, als Radium und Radon in der Schulmedizin ausgedient hatten.

### Paracelsus in Pfäfers

Zwei Klosterjäger sollen im Jahre 1242 in der Taminaschlucht die warme Quelle (36,6° C) (wieder-)entdeckt haben. Die Äbte des Klosters Pfäfers förderten daraufhin den Badebetrieb. Die Kranken blie-



Paracelsus (1493–1541), der grosse Neuerer der Medizin, empfahl die Heilquellen von St. Moritz zur Trinkkur und war 1535 erster Bäderarzt in Pfäfers. (Bild: MHIZ)

Wachstumsstörungen durch Jodmangel: Kleinwüchsige und oft taube Kretins (wie diese Familie aus dem Kanton Bern) galten als «Abart der Alpen». (Bild: MHIZ)



ben tagelang in der engen Schlucht und badeten dort in künstlich ausgehauenen Felslöchern. Trotz der versteckten Lage fanden sich Berühmtheiten ein wie Huldrych Zwingli und Ulrich von Hutten. Und kein Geringerer als Paracelsus wirkte 1535 hier als erster Bäderarzt. In seinen Schriften äussert er sich über Theorie und Praxis der Bäderkur: «... wie Gott verschaffen hat dem Magneten sein Krafft / an sich zu ziehen das Eysen: Also hat er auch geben ein anziehende Krafft diesem Wasser Pfeffers / auszuziehen auss den Lacernten (Muskeln, Bänder) dess Leibs alle die Krankheiten ... Und das Wasser ist die Arznei / die der Chirurgicus in allen verzweiffelten Kranckheiten brauchen soll.» (Von dess Bads Pfeffers / in Oberrn Schweiz gelegen / Tugenden / Kräfften / und Wirkung; 1535/1603.)

Im Laufe der Zeit wurden die Badeanlagen von Pfäfers mehrmals erneuert; 1630 baute man das erste Badehaus ausserhalb der Quellschlucht. 1704 bis 1718 entstand die heute noch erhaltene barocke Badeanlage. Da die internationale Klientel nach immer mehr Komfort verlangte, führte man ab 1840 das Quellwasser über eine vier Kilometer lange Leitung bis nach Ragaz, das sich in der Folge zum eleganten Kurort entwickelte. 1969 wurde der Badebetrieb in der Taminaschlucht ganz aufgegeben.

### Auswirkungen bis heute

Wie Untersuchungen an der prähistorischen Mauritiusquelle belegen, wurde die kohlenstoffhaltige Eisenquelle von St. Moritz schon vor 3500 Jahren genutzt. Die 1853 entdeckte Holzkonstruktion ist

erbaut aus Lärchenstämmen, die 1466 v. Chr. gefällt worden sind. Bereits im 17. Jahrhundert wurde das St. Moritzer Mineralwasser fassweise von Säumern ins Unterland transportiert und sogar nach Italien exportiert. Ab 1800 begannen die Bäderkuren, und 1891 fuhr hier sogar das erste elektrische Tram der Schweiz. Sein heutiges Renommee verdankt St. Moritz somit seinen Quellen.

Die warmen Kalziumsulfat-Quellen von Leukerbad hat bereits Albrecht von Haller als «reicher Brunn» besungen, und Johann Wolfgang Goethe, der kurz hier weilte, war nicht minder des Lobes. In der Blütezeit des Bäderbooms war die Schweiz mit

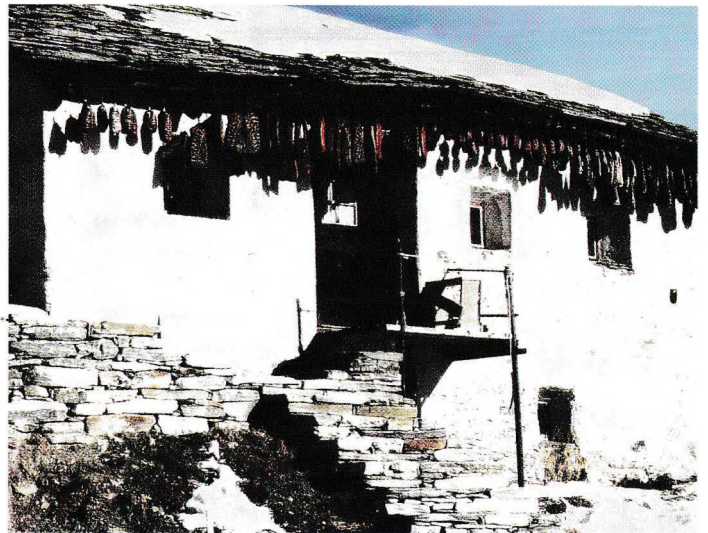
### Kröpfe und Kretinismus

Die Alpenbewohner selber waren nicht immer so gesund, wie das die idealisierende Vorstellung der Städter wahrhaben wollte. Und sie hatten auch kaum Zugang zu den medizinischen Neuerungen in den Hochburgen des Kurtourismus. Deshalb holten sie Hilfe bei Pfarrherren, Viehärzten, Hebammen und Kräuterfrauen – oder auch bei Scharlatanen.

Häufige Krankheitsbilder im alpinen Raum waren die Kropfbildung (Vergrößerung der Schilddrüsen) und der Kretinismus (Entwicklungsstörung), die erst mit der Einführung von jodiertem Kochsalz im Jahre 1922 verschwanden. Auch Erbkrankheiten wirkten sich in abgelegenen Regionen aufgrund fehlender Durchmischung fatal aus, wie zum Beispiel die Bluterkrankheit (Hämophilie) in Tenna im Safiental. HH



Hirtenbub mit dreifachem Kropf aus Walliser Puppentheater des 19. Jahrhunderts; das Unterwallis war bekanntes Kropfgebiet wegen Jodmangel im Boden. (Bild: MHIB)



Die traditionelle Fleischkonservierung in Höhenlagen («Bündnerfleisch»-Herstellung) gab den Anstoss zur Heliotherapie im Hochgebirge. (Bild: MHIZ)

Hundertern von Heilbädern überzogen, von denen die meisten später wieder verschwanden. Allerdings hat diese traditionsreiche Kurform in der Neuzeit durch den Gebrauch der Mineralwässer als Tafelgetränk und durch moderne «Wellness»-Badeanlagen eine Renaissance erlebt. Im Grunde genommen dasselbe, nur ein bisschen anders...

### Luft- und Höhenkuren

Obschon bereits Hippokrates den Klimawechsel und Galen die reine und kühle Luft belobigt und schliesslich Johann Jacob Scheuchzer und Jean-Jacques Rousseau ausdrücklich die Alpenluft empfohlen hatten, rückte dieses Element erst nach



Die heile (und heilende) Bergwelt im Weltklassiker «Heidi» half dem Stadtkind Klara wieder gehen, nachdem der Geissenpeter den Rollstuhl zerstört hatte. (Bild: SIKJM)

der Entdeckung des Luftsauerstoffs (1789) ins Zentrum des Interesses. Dabei konkurrierten sich im Streit der Gelehrten die Meeres- und die Alpenluft. Ihre Blütezeit erlebten die Luft- und Höhenkuren sowie die von der Trockenfleisch-Gewinnung inspirierte Sonnenlicht- oder Heliotherapie (bei Knochentuberkulose) deshalb erst nach den Molke- und Badekuren. Dutzende hoch gelegener Ortschaften arri-vierten nun plötzlich zu selbst ernannten Luft- und Höhenkurorten. Dabei galt ozonreiche Luft – man höre und staune – lange Zeit als Wettbewerbsvorteil. Wie Pilze schossen die Sanatorien aus dem Alpenboden. Lungenkurorte zur Bekämpfung der Tuberkulose wie Davos (als Pionier), Arosa, Leysin oder Montana florierten so lange, bis die medikamentelle Behandlung der Tuberkulose möglich wurde. Beim Aufkommen der Antibiotika leerten sich die Kurhäuser und Sanatorien zusehends und wurden zu Sporthotels umfunktioniert.

### Realität und Mythos

Lag das Heil in der Kraftlandschaft Gebirge? Fest steht: Die Alpen haben die Medizin nachhaltig inspiriert. So entstand das vermutlich erste Röntgenbild der Schweiz 1896 in Davos, realisiert von Alpinist und Hobbyfotograf Alexander Rzewuski, der als Asthmapatient hier weilte. Und neue Errungenschaften aus den Schweizer Bergen hatten oft Signalwirkung für ganz Europa.

Sicher sind unzählige Menschen in der Therapielandschaft Alpen gesund geworden, wobei – neben medizinischer Hilfe – wohl auch nichtmaterielle Kräfte mit-

spielten. So wie beim Waisenmädchen Heidi, das im fernen Frankfurt aus Heimweh zur Schlafwandlerin wurde, jedoch daheim beim Öhi auf der Alm sofort wieder aufblühte. – Bleibt die Gretchenfrage: Sind die Alpen, seitdem sie zur Sportarena mutierten, entmystifiziert, oder sind die Menschen in ihrem Naturverständnis nüchterner geworden – allenfalls ein bisschen gar nüchtern?

Die Sonderausstellung «Kräuter, Kröpfe, Höhenkuren: Die Alpen in der Medizin – die Medizin in den Alpen» im Medizinhistorischen Museum der Universität Zürich, Rämistrasse 69, dauert noch bis Ende März 2004. Geöffnet Di–Fr 13–18, Sa/So 11–17 Uhr. Unter dem gleichen Titel ist von der Realisatorin der Ausstellung, Margrit Wyder, ein Buch erschienen im Verlag NZZ, Zürich 2003.

### Abschied von Pfäfers

Bereichert zieh' ich fort  
mit manches Anfangs Spur.  
Was ist auf Erden mehr?  
Wir selbst beginnen nur.

Leb' wohl, geliebter Quell,  
du meine dunkle Schlucht,  
und segne jeden,  
der in dir Genesung sucht!  
Leb' wohl, Taminas Strom,  
du meine Felsenwand,  
du heil'ger, dunkler Dom,  
du reiches Wunderland!

Du steiler Felsenpfad,  
ihr Plätzchen meiner Ruh',  
euch sendet leisen Gruss  
bald die Entfernte zu.

Meta Heusser: Von Pfäfers  
(1837/1898)