

<b>Zeitschrift:</b>	Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker
<b>Band:</b>	- (1957)
<b>Heft:</b>	153
<b>Artikel:</b>	Der heutige Stand der Moortherapie
<b>Autor:</b>	Gnant, J.
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-930841">https://doi.org/10.5169/seals-930841</a>

### 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:** 12.01.2026

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

# Der heutige Stand der Moortherapie

von J. Gnant, Zürich

Schon in frühesten Zeiten, nachweisbar vor über 2000 Jahren, wurden Mooräder geschätzt. Man badete an schönen Tagen stundenlang in den von der Sonne erwärmten Moortümpeln oder Moorteichen (Moorpfannen). In diesen Moortümpeln oder Moorteichen, in Moor, bzw. Torffeldern noch vielfach zu finden, befand sich schwarzes Wasser, welches zum Teil die gelösten wirksamen Teile des Moores enthält. Von oben betrachtet ist dieses Wasser tiefschwarz, deshalb die Bezeichnung «Schwarzwasser», von der Seite, im Lichte besehen, ist Schwarzwasser goldgelb. In diesen Moortümpeln haben zumeist Frauen gebadet, man kannte den Wert des Moores bei Frauenkrankheiten und bei Unfruchtbarkeit. Mooräder werden ja auch heute noch in erster Linie als Frauenbäder angesehen.

Mit dem Aufkommen der mittelalterlichen Badestuben wurde die erprobte Methode des im Tümpel baden aufgegeben und durch das Moorreibbad ersetzt. Ein Moorreibbad bestand (und besteht heute noch da und dort) aus grossen Mengen Moor und Torf, 30 bis 60 Kg. und mehr, und Wasser, auf Badetemperatur erwärmt. Man nahm es damals nicht so genau, stand kein wirkliches Schwarzmoor zur Verfügung, so behalf man sich mit Torf, übrigens vielfach auch heute noch. Grosse Mengen wurden genommen, weil die Ansicht herrschte, je mehr umso besser. Begriflich, denn niemand hatte damals eine Ahnung von «Wirkstoffen», den wirksamen Bestandteilen, sei es nun Moor, in Pflanzen oder den damals gebräuchlichen Arzneimitteln.

Es ist klar, dass die Verwendung von grossen Mengen Moor oder Torf für ein einziges Bad höchst unbequem war, bzw. ist. Die An- und Abfuhr grosser Mengen zum und vom Bad war mühsam, erforderte Kraft, geeignetes Transportmittel, war zeitraubend, therapeutisch und kaufmännisch betrachtet auch unrentabel, da nur

jene Moormengen zur Wirkung gelangten, welche mit der Haut des Heilungssuchenden in Berührung kam, also nur ein kleiner Teil. Zudem waren Mooräder nur an dessen Fundstätten möglich, da ein Transport des Moores auf grössere Entfernung zu kostspielig war.

Vor einigen Jahren nun wurde im Moorforschungsinstitut Neydharting (Oesterreich) die Entdeckung gemacht, dass der im Moor enthaltene Moorschwebstoff (Schwebstoff deshalb weil dieser im Wasser schwebt, mit diesem lange Zeit in Suspension bleibt), zusammen mit dem Schwarzwasser eigentlicher Träger der Moorwirkstoffe ist. Diese Entdeckung machte Moorreibäder entbehrlich. Moorbadekuren waren damit nicht mehr Ortsgebunden, sie ermöglicht heute jedem Physiotherapeuten Mooräder, ohne jede Unzukömmlichkeit zu verabfolgen. Es darf also gesagt werden, erst die Entdeckung des Moorschwebstoffes gestattet heute, jedermann, überall und zu jeder Jahreszeit die Wohltat eines Moorbades geniessen zu können. Welch ein Fortschritt! Welch Gewinn für die Physikaltherapie! Interessant ist dabei die Tatsache, dass man mit diesem Moorschwebstoffbad genau wieder dort ist wie vor alten Zeiten, denn das Moorschwebstoffbad entspricht dem Bad im Moortümpel, bzw. Moorteich. Während aber der Heilungssuchende damals so baden musste, wie ihm die Natur das Bad darbot, ist es heute möglich, den Moorschwebstoff zu dosieren, entsprechend der Krankheit und der Konstitution des Kranken, Bade-temperatur und Badedauer exakt zu bestimmen.

Wissenschaftliche Arbeiten über Moor und die Moortherapie in der ärztlichen Fachpresse, Moorforschungskongresse auf internationaler Basis, deren Teilnehmer neben Biologen und Pharmazeuten hauptsächlich Aerzte sind, sind die Ursache, dass Mooräder ärztlicherseits wieder

mehr und mehr Beachtung finden und verordnet werden. Es scheint daher nützlich zu sein, dass sich auch der Physiotherapeut wieder etwas näher mit Moor und der Moortherapie befasst, dies umso mehr als in der letzten Zeit Produkte auf dem Markt erschienen sind, welche ausser dem Namen mit Moor wenig zu tun haben. Es sind Erzeugnisse die Moor oder Torf als Ausgangsstoff haben (Moorlaugen, kolloidal gemahlener Torf, Torfab-sud), wohl einen gewissen therapeutischen Wert aufweisen, hinsichtlich Wirksamkeit jedoch niemals mit einem echten Heilmoor (Moorschwebstoff) verglichen werden können. Hier ist das von der Natur gebotene Produkt allen mehr oder weniger künstlichen Erzeugnissen weit überlegen.

Was versteht man unter Moor, bezw. Heilmoor, im Sinnen dieser Betrachtung also unter Moorschwebstoff?

Unter einem Heilmoor versteht man, nach der wissenschaftlichen Definition, die mikrobielle Umsetzung von Torf, also die Zersetzung des allbekannten Torfes durch Mikroorganismen. Nur völlig zersetzer Torf bildet Heilmoor. Torf ist die erste Stufe von Zersetzungsvorgängen aus abgestorbenen Pflanzen, Moor ist die zweite Stufe, Braunkohle die dritte und Steinkohle die vierte. Die Bedingungen, aus welchen sich aus Torf Moor bildet sind sehr kompliziert und Gegenstand eingehender Studien an den Moorforschungsinstituten. Torf ist braunschwarz, faserig mit deutlich erkennbaren Pflanzenresten. Moor ist schwarz, völlig zersetzt, ohne erkennbare Pflanzenreste. Es ist also klar, Torf ist kein Moor, schon gar nicht Heilmoor und Moor ist kein Torf. Aber selbst unter Mooren gibt es grosse Verschiedenheiten. Moor ist nicht gleich Moor, bezw. nicht jedes Moor ist auch ein Heilmoor. Wie schon gesagt, ist eine völlige Zersetzung des Pflanzenmaterials über die Stufe Torf die Voraussetzung für die Bildung von Heilmoor. Dariüber hinaus spielen aber noch eine ganze Anzahl Faktoren eine massgebende Rolle, so der Mineralstoffgehalt (Calcium, Magnesium) des das

Moor durchströmenden Wassers zur Bildung der bei der Zersetzung des Torfes sich bildenden Säuren, die Art der Pflanzen die der Vertorfung anheimfallen, Klima, sowie der Untergrund der Vertorfungs- bzw. Moorbildungsstätte. Der Untergrund muss aus Lehm bestehen, damit das, das Moor durchfliessende Wasser nicht absickern kann. Solch günstige Verhältnisse finden sich in Europa nur an ganz wenigen Stellen. Tatsächlich gibt es nur sehr wenige Vorkommen von echtem Heilmoor. Als wichtigste sind zu nennen: Franzensbad und Neydharting. Dagegen gibt es gut zersetzte Torfe da und dort, z. B. Bad Elster, im Schwarzwald, in Holland, an der Ostsee und auch in der Schweiz. Sie sind jedoch nicht als echte Heilmoore anzusprechen, auch wenn ihnen ein gewisser therapeutischer Wert nicht abgeht.

Und nun wollen wir einmal ein solch' echtes Heilmoor betrachten. Ein echtes, völlig zersetzes, naturbelassenes Heilmoor (Moorschwebstoff) bildet eine geruchlose, geschmacklose, breiige, schwarze, speckige Masse, frei von Sand oder Erde. Auf der Haut verrieben ist sie un-fühlbar, lässt mikroskopisch keinerlei unzersetzte Partikel erkennen. Eingetrocknet ist die Masse tiefschwarz, fast wie chinesische Tusche, völlig homogen. Heilmoor, also Moorschwebstoff wie es zur Verfügung steht, mischt sich sehr leicht mit dem Badewasser, eine Verschmutzung der Badewanne findet nicht, oder doch nur unbedeutend statt, ferner beschmutzt echtes Heilmoor auch die Wäsche nicht oder nur ganz geringfügig und auch nur dann, wenn diese öfter zum gleichen Zweck benutzt wird, was ja in einem Institut niemals der Fall ist. Zudem muss bemerkt werden, dass sich der Badende nach dem Bade nie abtrocknen soll, da sich auf dessen Haut ein unsichtbarer Film befindet, der von der Haut aufgenommen wird und therapeutisch wertvoll ist. (Nach dem Bade soll sich der Patient in ein Tuch hüllen und mindestens eine halbe Stunde ruhen).

Wir haben oben gesehen, dass sich aus abgestorbenem Pflanzenmaterial erst Torf, dann Braunkohle und als noch spätere geologische Stufe Steinkohle bildet, vorausgesetzt, dass die Verhältnisse, wie beschrieben, dieser Bildung günstig sind. Aber es braucht noch mehr. Es braucht auch die zu dieser Bildung erforderliche Zeit. Die Natur lässt sich in allen Dingen Zeit, hier wird nicht pressiert, nicht gehetzt, aber auch nicht gestümpert. Das Werden in der Natur geschieht nach, uns im innersten Wesen, unbekannten Gesetzen, so auch die Bildung von Heilmoor. Wenn irgendwo, so gilt hier der Ausspruch: «Gut Ding will Weile haben». Denn bis aus abgestorbenen Pflanzen Torf entsteht braucht es viele tausend Jahre und weiter Jahrtausende bis aus dem Torf Moor, echtes Heilmoor entsteht. Die Geologen errechnen, dass die Bildung von Heilmoor (Neydharting) 25 000 bis 30 000 Jahre beanspruchte.

Bedenken wir einmal diese, uns Menschen fast unfassbare, Zeiträume, bedenken wir ferner dass in der Natur nichts verloren geht, dann wollen wir auch bedenken, was in diesen Jahrtausenden in einem Torf- bzw. Moorfeld alles entsteht und vergeht. Dann kommen wir zwangsläufig zu der Ueberlegung, in diesem Moor muss etwas drin sein. Und es steckt etwas drin! Ausserdem wissen wir aus der Chemie, dass aus der Steinkohle und Moor ist ja eine Vorstufe dieser, ungezählte chemische Verbindungen anlaysiert werden können. Also noch einmal, es muss etwas drin sein. Es ist gar nicht anders möglich. Die chemische Analyse beweist uns die Richtigkeit dieser Annahme. Nach einer solchen aus dem Moorforschungsinstitut Neydharting vorliegenden Analyse enthält Heilmoor:

- a) *Anorganische Stoffe* wie: Eisenoxyd, Magnesiumoxyd, Natriumoxyd, Kieselsäure, Phosphorsäure, Chlor, Sulfat-schwefel, Sulfid-Schwefel, Kohlensäure, Kohlenoxyd;
- b) *Organische Stoffe* wie: Organischer Schwefel, Bitumen Wachse, Harze, Fette, Farbstoffe, Pektine, Zucker,

Humusbestandteile, Huminsäuren, Humate, Eiweissverbindungen, Fulvosäuren, Humine, Lignin.

Damit ist die Reihe der Bestandteile jedoch noch lange nicht erschöpft. Im Moor, im echten, naturbelassenen Heilmoor finden sich noch Spurenelemente (chemische Grundstoffe, die der Körper in allerkleinsten Mengen (Spuren) benötigt), ferner Mikroorganismen wie Penicillien, Auromyceten, Aktinomyzeten, Streptomyzeten u.v.a. Ganz besonders sei der Gehalt an östrogen wirkenden Stoffen erwähnt deren chemische Natur noch nicht abgeklärt ist. Man kennt deren Wirkung auf den Organismus, ohne sie bis jetzt isolieren und bestimmen zu können.

Wie wir sehen ist ein Heilmoor nicht irgend ein einheitlicher Stoff, sondern ein höchst kompliziertes Gebilde aus vielen, Einzelstoffen. Ein solch kompliziertes Gebilde ist nun mit Tugenden und Untugenden behaftet. Seine Tugenden sind einmal seine Wirksamkeit gegen Bresten aller Art, seine leichte Anwendbarkeit in Form von Moorschwebstoff, seine Geruch- und Geschmacklosigkeit (letztere ist wichtig für die innere Verabreichung, denn Moor wirkt auch bei Magen-Darmleiden). Als Untugend benennen wir seine Empfindlichkeit, sobald dem Moorfeld entnommen, gegenüber Hitze und Kälte. Temperaturen von Grad plus, bzw. 4—5 Grad minus werden von Moor nicht mehr vertragen. Durch Kälte wie durch Hitze wird Moor therapeutisch unwirksam. Deshalb ist es nicht angängig, Moor in Vorratsgebinde in der Kälte zu lagern oder zu transportieren. Heilmoor darf aus Gründen seiner Empfindlichkeit gegenüber Hitze, für Packungen, nie auf offener Flamme erwärmt werden, sondern nur im Wasserbade! Es wäre nun sehr praktisch, Moor zu trocknen und in trockenem Zustande vom Herkunftsorte zum Versand zu bringen, gewissermassen als Konzentrat. Leider geht das nicht, denn Heilmoor als lebendiger Stoff stirbt durch das Eintrocknen ab, auch wenn das noch so vorsichtig geschieht, ist tot und erlangt beim Vermischen mit Wasser seine thera-

apeutische Wirkung nicht mehr. Eine besondere Eigenschaft von Heilmoor ist seine Unverträglichkeit gegenüber artfremden Substanzen. Man kann sagen: «Moor duldet keine anderen Götter neben sich», wobei unter Götter solche Stoffe zu verstehen sind, welche die Wirkung von Moor verstärken sollen. Diesbezügliche, eingehende Versuche haben gezeigt, dass Moor in kurzer Zeit nach solchen Zusätzen seine Wirksamkeit verliert. Moor wirkt am besten im Naturzustande, so wie es vom Schöpfer geschaffen wurde.

Wenn wir nun schon von Wirksamkeit sprechen, so wollen wir uns auch der Frage zuwenden, bei welchen Leiden bringt Moor Linderung, bzw. Heilung? Zu dieser Frage sei zum Vornherein gesagt, die Heilwirkung von Moor kann nicht nach den Grundsätzen der Chemotherapie beurteilt werden. In der Chemotherapie weiss man von einem bestimmten Chemikal ganz genau seine Wirkung auf den oder jenen Teil des Organismus. Man kennt auf das Tüpfelchen genau die wirksame Dosis und ist sich über den Wirkungsmechanismus im Klaren, von ev. möglichen Ausnahmen abgesehen. Anders beim Moor. Wir kennen durch die Analyse die einzelnen chemischen Bestandteile, aber diese Kenntnis erlaubt uns trotzdem nicht, bindende Schlüsse hinsichtlich Wirkung des Moores zu ziehen. Oder mit anderen Worten, «das Ergebnis der Analyse ist nicht massgebend für die Indikation.» So einfach ist die Sache nicht. Wissenschaftlich herrscht über die Heilwirkung von Heilmoor noch viel Unklarheit. Fast alles was wir in dieser Hinsicht wissen, verdanken wir der Erfahrung, Erfahrung, die sich über zwei Jahrtausende erstreckt. Man spricht ja auch von der Moortherapie als einer Erfahrungstherapie. Nach der Ansicht massgebender Moorforscher sind nicht einzelne Bestandteile im Moor für dessen Wirkung verantwortlich, sondern die Gesamtheit dieser, weshalb man von einer Kollektivwirkung spricht. Stellen Sie sich einen riesigen Feldbumenstrauss vor, nicht die einzelne Blume ist massgebend für die

Schönheit dieses Strausses, sondern die Vielfalt und Gesamtheit. So auch beim Moor. Aber noch etwas! Heilmoor wirkt nicht nur auf ein ganz bestimmtes Organ oder nur allein gegen ein bestimmtes Leiden, nein, Moor wirkt auf den Gesamtorganismus und man hat deshalb auch für die Moortherapie das zwar unschöne aber recht gescheite Wort Ganzheitstherapie geprägt.

Obwohl über die Heilwirkung von Moor noch manches Dunkel liegt, findet die Moortherapie wieder mehr und mehr Anwendung und Anerkennung, nicht nur von Seite der Heilungsuchenden, sondern auch von Seite der Aerzte und der Wissenschaft.

Die Heilwirkung von Heilmoor (Moor-schwebstoff) erstreckt sich auf umfangreiche Anwendungsgebiete. Es sind zu nennen:

- a) **Gelenkerkrankungen:** Spondylarthrose, Gonarthrose usw., Osteochondrosen, primär und sekundär chronische Polyarthritis, Wurzelneuritiden auf Grund osteochondrotischer Veränderungen.
- b) **Frauenkrankheiten:** Entzündungen des weiblichen Genitals, z. B. Oophoritis, chronische Adnexitis, Para- und Perimetritis, Metritis, Endometritis, Cervicitis, Vulvovaginitis und daraus resultierende Sterilität, vegetativ-hormonelles Syndrom — eine gerade in der heutigen Zeit sehr häufige Störung der jüngeren meist berufstätigen Frauen.
- c) **Umstellungsalter:** Das hormonelle Umstellungsalter der Frau bedingt häufig eine Reihe von Erkrankungen, die sich durch die Moorbehandlung oft sehr günstig beeinflussen lassen, z.B. glanduläre Unterfunktionen, Klimakterischer Pruritus, Oesteoporose und Wechselerscheinungen, Wallungen, klimakterische Arthropathie.  
Beim Mann: Prostata-Hypertrophie.

Damit ist der Anwendungsbereich von Heilmoor jedoch noch nicht erschöpft. Dem Arzte bieten sich weitere Möglichkeiten bei der Behandlung verschiedener

Krankheiten, wenn eine Umstimmung erreicht werden soll. Ganz besonders möge darauf hingewiesen werden, dass Heilmoor die Heilungstendenz nach Frakturen überaus günstig zu beeinflussen vermag.

Im Vordergrund einer Behandlung stehen meist Vollbäder, ev. kombiniert mit Packungen, Teilbäder und Sitzbäder.

Wie man sieht, bietet Heilmoor dem

Physiotherapeuten, auf Grund ärztlicher Verordnung, eine Fülle Möglichkeiten der Betätigung zum Wohle der Heilungssuchenden und zu seinem eigenen Nutzen. Die Moortherapie, als Bestandteil der physikalischen Therapie, gewinnt zusehends wieder an Bedeutung und der Physiotherapeut ist wohl beraten, sich mit dieser Heilmethode noch mehr vertraut zu machen.

## Aus der Tanne — in die Wanne

Das Wasser hat seit Jahrtausenden die Bedeutung des reinigenden und heilenden Elements. Die Griechen haben uns durch Hippokrates die erste Balneologie und Hydrotherapie gebracht. Vom antiken Badewesen bis heute spielt das Bad im Leben der Völker eine bedeutende Rolle. Griechische Ärzte förderten im Interesse der Volksgesundheit in Rom den Bau öffentlicher Badeanstalten. Im Laufe der Zeit entwickelten sich auf römischem Boden die Thermen, deren gesellschaftliche und sportliche Bedeutung der damaligen Zeit gross war.

Im Mittelalter spielten die Badeanstalten eine grosse Rolle und erfreuten sich zunehmender Beliebtheit. Zu jener Zeit begann die Entwicklung des medizinischen Bades.

Inzwischen hat sich die Hydrotherapie bis zu einem eigenen Lehrfach entwickelt. Führende Balneologen haben über die Bedeutung der verschiedenen Arzneibäder wissenschaftliche Arbeiten veröffentlicht und das medizinische Bad ist ein wichtiger Bestandteil in der weiten Bewegung der Volksgesundheit geworden.

In diesem Zusammenhang erscheint es notwendig, auf ein wichtiges Kapitel des Badewesens, nämlich die Badezusätze, hinzuweisen.

Mitten im Schwarzwald, im Kurort Freudenstadt, liegt eine Spezialfabrik, die sich seit fast 50 Jahren mit der Herstellung von Fichtennadel-Präparaten und anderen medizinischen Badezusätzen befasst, die Pino A.G. Grundsätzlich müs-

sen wir die medizinischen Badezusätze von den kosmetischen unterscheiden. Die kosmetischen Badezusätze, zu denen wir vor allen Dingen die bekannten Badetabletten, die Bademilch, das Badesalz und das Badeöl rechnen, sind aromatische Zusätze, die dem Badewasser einen frischen, aromatischen Duft verleihen. Diese Bäder haben eine angenehme, belebende Wirkung bei suggestiver Beeinflussung.

Wichtiger als die kosmetischen Badezusätze sind aber die medizinische Bäder.

An erster Stelle sei hier der Fichtennadel-Badeextrakt genannt. Kolonnen bereiten im Wald das Reisig der frisch gefällten Fichten und Tannen auf. Bevorzugt werden alte Baumbestände über 80 Jahre, da der Oelgehalt und die Extraktionsausbeute hier am besten sind. Fast täglich fahren die Reisigwagen bei der Fabrik vor und laden den Rohstoff «Wald» ab. Hier wird das Reisig maschinell zerkleinert und in einer grossen Destillationsanlage das wertvolle Fichtennadelöl gewonnen. Anschliessend findet der Extraktionsprozess statt. Das zerkleinerte Reisig wird mit heissem Wasser extrahiert und die pflanzlichen Extraktivstoffe gewonnen. Die anfallenden Extraktionsbrühen werden in Vakuum-Apparaten schonend eingedickt und dann das Fichtennadelöl zugesetzt. So entsteht der Fichtennadel-Extrakt, der auch im Deutschen Arzneibuch, Ergänzungsband 6, beschrieben ist.

Nach demselben Prinzip werden etwa 20 verschiedene Kräuter zu Badeextrak-