

Zeitschrift:	Die Schweiz = Suisse = Svizzera = Switzerland : officielle Reisezeitschrift der Schweiz. Verkehrszentrale, der Schweizerischen Bundesbahnen, Privatbahnen ... [et al.]
Herausgeber:	Schweizerische Verkehrszentrale
Band:	- (1942)
Heft:	[1]: Heilende Schweiz
Artikel:	Behandlung von Ernährungskrankheiten in der Schweiz
Autor:	Michaud, L.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-776524

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: 14.01.2026

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

aus. Der Zusammenklang dieser beiden Momente kann je nach der zu behandelnden Krankheit als zweckmäßig oder als ungeeignet oder gar gefahrdrohend erscheinen, und es ist Sache des Arztes, in jedem Falle zu entscheiden, ob ein Akkord oder eine Dissonanz zu erwarten sei. Das gilt nun in besonders hohem Grade für eine Bäderkur im Höhenklima. Die Hauptcharakteristika des letztern bestehen in der Verdünnung und relativen Trockenheit der Luft und in der intensiven Sonnenbestrahlung, zu denen dann wohl noch einige nicht genau bekannte Qualitäten hinzukommen. Sie bedingen u. a. eine Erhöhung des Stoffwechsels, eine Anregung der Herztläufigkeit, eine Vertiefung der Atmung und eine Neubildung des Farbstoffes und der roten Körperchen des Blutes, und als das vielleicht Wertvollste darf ihre vornehmlich auf die Lichtwirkung zurückzuführende Heilkraft bei Lungenphthise sowie bei der Tuberkulose der Knochen und Gelenke gelten. Da nun alle diese Wirkungen bei Quellenkuren im Höhenklima mitspielen, scheint es nicht nur lohnend, sondern auch geboten, den doppelseitigen Beeinflussungen des Kranken eine prüfende Aufmerksamkeit zu schenken. Man war aber über Vermutungen und Überlegungen nicht hinaus, als ich mich während meiner Tätigkeit in St. Moritz-Bad entschloß, unter Mitwirkung meines damaligen Assistenten, Dr. Müller, die Frage dieser Zusammenarbeit für einen relativ einfachen, einer experimentellen Untersuchung zugänglichen Fall zu lösen. Wie alle Eisen führenden Mineralwässer enthalten die dortigen Quellen nur recht wenig von dieser blutbildenden Substanz, so wenig sogar, daß eine Trinkkur an sich bei blutarmen Patienten kaum einen wesentlichen Erfolg zeitigen könnte. Aber in dem hochalpinen Klima, dessen die Bildung von Blutfarbstoff und roten Körperchen fördernde Kraft bekannt ist, entwickelt sie, wie wir beweisen konnten, blutbildende Eigenschaften, die weit über das hinausgehen, was Quelle oder Klima für sich allein zu leisten imstande wären, ja das durch ihr Zusammenwirken entstehende Resultat ist doppelt so groß, als man nach dem errechneten Additionsergebnis der beiden Faktoren erwarten müßte. Was aber für die Eisenquellen von St. Moritz gilt, das darf man ohne Bedenken auf alle ähnlichen Wässer, falls sie in alpiner Höhe genommen werden, übertragen und zweifelsohne auch auf das ebenfalls blutbildende Arsen der Heilquelle von Val Sinestra. Das wäre nun ein erster vollgültiger Beweis für die günstigen Kombinationswirkungen der beiden Faktoren. Für verschiedene andere alpine Quellen darf man ähnliche Schlüsse ziehen, die, obwohl nicht genau begründet, doch aus wissenschaftlichen Überlegungen hervorgehen und durch die in den betreffenden Kurorten gemachten Erfahrungen bestätigt sind. So bildet die im Höhenklima auftretende Steigerung des Stoffwechsels in Tarasp-Vulpera sicherlich eine willkommene Förderung des Effektes der dortigen Heilwässer, insofern sie wegen ihrer harnreibenden und abführenden Stoffe und namentlich auch wegen der in ihnen enthaltenen, die Fettpolster einschmelzenden Borsäure mit soviel Erfolg zur Abnahme übergrößen Körpermenges verwendet werden. Erwähnt seien ferner die in ihrer Ursache noch nicht ganz aufgeklärten, aber durch jahrzehntelange Erfahrungen bestätigten, günstigen Wirkungen der Kalkquellen von Weißenburg und Tenigerbad gegen die Tuberkulose, Wirkungen, bei denen das subalpine oder alpine Klima seinen Anteil haben dürfte. Von St. Moritz war schon die Rede, aber auch das subalpine Passugg mit seinen vielen und vielseitig wirksamen Quellen, die vorbildlich eingerichteten Schwimmbäder von Leuk und das noch viel zu wenig bekannte, hochgelegene Disentis, das die einzige Radiumquelle der Schweiz besitzt, die diesen Namen verdient, seien hier hervorgehoben, die letztgenannten vornehmlich, weil sie der Behandlung von Gelenkleiden dienen, die an alpinen Orten auch wegen der Gelegenheit zu wohlabgestuften Geh- und Steigübungen zweckmäßig beeinflußt werden können.

Wenn das Höhenklima an vielen andern Kurorten auch nicht gerade nach der gleichen Richtung wirkt wie die Quelle, so können seine Einflüsse auf den Allgemeinzustand doch eine erwünschte Beigabe bedeuten.

Sowohl in Tarasp-Vulpera wie in St. Moritz-Bad werden mit natürlicher Kohlensäure beladene Bäder verabreicht, die vor allem der Behandlung von Herz- und Gefäßleiden dienen. Daß die

Kohlensäure die Gefäße der Haut erweitert und damit den Blutdruck herabsetzt, daß sie aber auch in die Tiefe dringt und daselbst den gleichen Effekt auslöst, mag ihre Heilkraft einigermaßen erklären. Bei dieser Therapie noch mehr als bei mancher andern ist aber zu beachten, daß das Höhenklima, das ja in diesen Gegenden mitwirkt, an sich ein übendes und nicht ein schonendes Moment darstellt. Es verlangt daher von dem Kranken eine Gegenleistung, deren Erfüllung für ihn eine Kräftigung und damit einen ganz wesentlichen Gewinn, deren Versagen aber eine erhebliche Schädigung mit sich bringt. Über die Terrainkuren, die, mit der nötigen Vorsicht geübt, hier ergänzend eintreten können, wäre Ähnliches zu sagen. Der Arzt muß mithin wissen, wem er das Höhenklima noch zu empfehlen und wem er es abzuraten hat, und zwar hat hier in erster Linie der Arzt zu entscheiden, der den Patienten in den Höhenkurort schickt, in zweiter Linie aber muß der ihn dort behandelnde Arzt die Kuranwendung und ihre Wirkungen genau verfolgen, da sich die eintretenden günstigen oder ungünstigen Reaktionen nicht sicher voraussagen lassen. Von einer zu großen Ängstlichkeit ist indessen abzusehen, da erfahrungsgemäß viele sehr geschwächte Patienten – man denke nur an die Lungentuberkulosen – die Erregungen einer großen Höhe über dem Meer ertragen und Gewinne aus ihr ziehen. Der beste Ratschlag für jeden Empfindlichen und namentlich für Herzkranke ist, sich die ersten Tage an dieses Klima bei absoluter Ruhe allmählich zu gewöhnen. Kranke mit nicht zu schwerer Arteriosklerose zum Beispiel lernen bei vorsichtigem Verhalten die Höhenluft ertragen, und man beobachtet dann bei ihnen häufig ein langsames Absinken des gesteigerten Blutdruckes, das mit dem Effekt der Kohlensäurebäder zusammen eine Erleichterung ihres subjektiven Befindens und eine auch objektiv nachweisbare Verbesserung ihres Zustandes mit sich bringt. Die strengen, jedem Falle genau angepaßten Kohlensäuredosierungen sind aber bei dieser Krankheit, wie bei allen Herzleiden im alpinen Klima, mit besonderer Gewissenhaftigkeit durchzuführen. Schließlich erfordert eben eine Erfolg versprechende Therapie das Innenhalten eines nutzbringenden Maßes, durch das ein bei jeder wirkungskräftigen Methode möglicher Schaden vermieden und nur das Gesundende an ihr herausgeholt wird.

Von einem umfassenden Gesichtspunkt aus betrachtet, bildet die gleichzeitige Behandlung eines Kranken durch Höhenklima und Heilquelle einen Ausschnitt aus der vor allem von dem Verfasser dieser Darstellung inaugurierten, vielverwendeten Kombinationstherapie, die, nach richtigen Gesetzen und Überlegungen gehabt, Ungewöhnliches zu leisten imstande ist. Die Schweiz ist in der glücklichen Lage, außer den genannten Kurorten noch viele andere zu besitzen, in denen die zwei besprochenen Heilfaktoren zu gemeinsamer Entfaltung kommen können.

Behandlung von Ernährungsleidern in der Schweiz

Von Prof. Dr. L. Michaud, Lausanne

Man hört oft sagen, die Schweiz sei ein « Universal-Sanatorium ». Dieser Ausdruck ist vielleicht etwas ironisch gemeint, und doch ist er für die Schweiz ehrenvoll. Ist es nicht schon ein Verdienst, der leidtragenden Menschheit ein Samariter sein zu dürfen? Seit langem schon suchen zahlreiche Kranke ihre Heilung in der Schweiz. Es handelt sich dabei nicht lediglich um eine Modesache, obwohl die Mode auch in der Medizin zuweilen eine große Rolle spielt. Nein, diese Zuneigung der Patienten zur Schweiz geht bis auf die Anfänge der Menschheit zurück. Im Engadiner Museum von St. Moritz kann man sich davon überzeugen, daß längst vor den Römern, im Bronzezeitalter, die Heilquellen zu balneologischen Zwecken in ausgezeichneter Weise gefaßt worden waren. Mehrere Jahrtausende vor unserm Zeitalter wurde also schon ihr therapeutischer Werf erkannt und geschätzt. Auch die Badener und Leuker Quellen sowie die von Yverdon dürften schon vor den Römern bekannt gewesen sein. Diese haben dort später ganz vorzügliche therapeutische Anlagen geschaffen, welche jahrhundertelang benutzt wurden. Im späten Mittelalter und zu Anfang der Renaissance zeigten die Schweizer

Thermalstationen einen neuen Aufschwung. Im 17. und 18. Jahrhundert war der Zug zur Schweiz sehr groß und ist seither stets im Steigen begriffen. Wie dies zu erklären ist? Die Antwort fällt nicht schwer. Die Heilkunst ist eben nicht nur ein Nebenfach der Medizin. Der therapeutische Nihilismus, dem lange Zeit gehuldigt wurde, ist nicht lebensfähig. Um einen Patienten zu heilen, genügt es nicht, nur Medikamente zu verschreiben. Eine wohlgedachte Behandlung nützt auch die Naturheilkräfte aus, und deren haben wir in der Schweiz unvergleichlich viele. Mehr noch, Klima und Mineralquellen reichen sich die Hand! Man kann sich natürlich überall behandeln lassen und auch ausheilen. Doch wenn es möglich ist, eine Bade- und Diätkur in der Höhenluft durchzuführen, dann ist der Effekt bedeutend größer, und dies erst recht, wenn es sich um Stoffwechsel- und Ernährungsleiden handelt. In der ganzen Schweiz finden wir Orte, die sowohl für Bade- wie auch für Diätkuren eingerichtet sind, sei es im Tale, wie zum Beispiel am Gestade der Seen, oder auf halber Höhe, in den Voralpen, oder auch in den Bergen, so daß die Ärzte je nach der Jahreszeit für die Patienten oder Erholungsbedürftigen das zukömmlichste Klima auswählen können.

Das Höhenklima beeinflußt den Stoffwechsel, wie dies schon aus den ersten Forschungen des genialen Physiologen Miescher aus Basel hervorgeht. Als erster hat er mit seinen Mitarbeitern, unter denen speziell Egger zu nennen ist, gezeigt, daß die Zahl der roten Blutkörperchen und der Hämoglobinwert schon in mittleren Bergeshöhen ansteigt und nicht erst in Höhen von über 4000 m, in denen Paul Bert und Viault ihre Experimente ausgeführt hatten. In den nachfolgenden Jahren erschienen weitere Arbeiten: der Beweis – durch Jaquet und Stähelin – einer Vermehrung des Sauerstoffverbrauchs auf dem Chasseral (1600 m), Resultate, die von Bürgi auf dem Brienz Rothorn (2100 m) bestätigt wurden; Ruppaners Untersuchungen über die Veränderungen der weißen Blutkörperchen und ihrer Verteilung im Blute; Forschungen über die Verkürzung der Gerinnungszeit, der Erhöhung des spezifischen Gewichtes, der Viskosität, des Sauerstoff- und Eisengehaltes des Blutes. Endlich fand man noch in großer Höhe eine Stickstofferhöhung, eine schnellere Verbrennung des Zuckers und eine Verminderung des Zuckerwertes im Blute, eine Erhöhung des Kalkes und der Phosphorsäure, Veränderungen des Gleichgewichtes zwischen Säuren und Basen im Blute. All diese Wirkungen auf den Stoffwechsel sind durch folgende Faktoren bedingt: die Verdünnung der Luft, Senkung des Atmosphärendruckes, Reinheit und Trockenheit der Luft, Sinken der Temperatur, Einfluß der Sonnenstrahlen, Spannung der Elektrizität mit erhöhter positiver Ladung in der Höhe. Alle diese Faktoren, die zusammen das bestimmen, was wir Klima nennen, üben einen Reiz auf das Knochenmark, die Hormondrüsen, speziell die Schilddrüse (Arbeiten von Asher und seiner Schule); all diese Organe werden zu vermehrter Arbeit angeregt, wie auch das Nervensystem, speziell das neuro-vegetative, das die Funktionen aller Organe und den Stoffwechsel reguliert.

Die Mineralquellen ihrerseits wirken auf den Kreislauf und die Lymphgefäß, sie regulieren die Vasomotoren, auch auf die Schweißdrüsen und auf die Harnsekretion, also auf den Wasserstoffwechsel läßt sich eine Wirkung nachweisen; endlich ist eine günstige Beeinflussung der Drüsen mit innerer Sekretion und speziell auch der Drüsen des Magendarmkanals zu beobachten. Die Folge ist eine bessere Aufnahme und Verwertung der Nährstoffe.

Es ist also leicht verständlich, daß die Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten (Zuckerkrankheit, Fettsucht, Gicht, Basedow, Rachitis usw.) durch die Höhen- und Badekuren außerordentlich günstig beeinflußt werden.

Es darf jedoch nicht vergessen werden, daß solche Kuren ihren vollen Wert erst dann erreichen, wenn sie mit genauen diätetischen Vorschriften verbunden sind. Dies ist sogar eine Hauptbedingung. Es braucht viel Erfahrung und Gewissenhaftigkeit in der Kunst der Diätverschreibung. Wie viele Fehler sind dabei nicht gemacht worden, zum Nachteil der Patienten, die sich «aus Mode» irgendeiner Diät unterziehen! Die klare Vernunft, das, was der Franzose «le bon sens» nennt, ist immer noch der beste Wegweiser. Der Patient muß fachtechnisch beraten werden, sonst ist der Erfolg einer Kur oft illusorisch, sei es, daß er Speisen unrichtig auswählt oder daß diese unrichtig zubereitet sind, sei es, daß er die Heilquellen und die klimatischen Faktoren falsch anwendet. Die Kurhotels und mehr noch die Sanatorien sind eben geschaffen worden, um den Patienten eine rationelle und richtig eingestellte Verwendung der natürlichen Heilmittel zu garantieren. Ferner findet man daselbst alle Nebeneinrichtungen, die der Spezialarzt für Ernährungsleiden nicht missen möchte: Massage, Körperübungen, Mechanotherapie, Fango- und Sandbäder, elektrische Behandlungsmethoden. Auch diese Heilmethoden tragen dazu bei, das erwünschte Ziel zu erreichen: den Patienten zu normalen und rationellen Lebensbedingungen zurückzuführen. Denn seine Krankheit ist meist durch körperliche und psychische Veranlagung bedingt, wie auch durch schlechte Gewohnheiten, Überanstrengung und geistige Überspanntheit.

Die schweizerischen Gesellschaften für Physiotherapie, Klimatologie, Balneologie und Gastro-Enterologie geben sich ständig mit diesen Fragen ob, um die Einrichtungen der Sanatorien und der Kurhäuser immer weiter zu verbessern. Ferner ist hervorzuheben, daß die Universitätskliniken über Diätküchen verfügen, welche sich zum Ziele setzen, die wissenschaftlichen Probleme der Diätetik zu ergründen und der Praxis zugänglich zu machen. Solche Diätküchen befinden sich beispielsweise in Basel unter der Leitung von Dr. Knapp, in Zürich unter derjenigen von Dr. Gloor und in Genf von Prof. Besse. So ist es den Kurorten möglich, jederzeit wissenschaftlich begründete Ratschläge einzuhören und ihrerseits, nach dem Modell der Kliniken, Diätküchen einzurichten. Ein solches Hand-in-Hand-Gehen von Theorie und Praxis ist die beste Grundlage einer zweckmäßigen Therapie.

