

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 62 (2005)  
**Heft:** 12: Die Kraft der inneren Bilder

**Artikel:** Auch Ziegen schrieben Medizingeschichte  
**Autor:** Hofmann, Heini  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553329>

#### 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:** 06.02.2026

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



## Auch Ziegen schrieben Medizingeschichte

«Appenzeller Senneri» von Franz Anton Haim, 1890. Kurgäste und Touristen waren längst zum Bestandteil des Landschaftsbildes geworden.

**Milchkuren und -bäder, aber auch die äussere und innere Anwendung von Butter waren seit der Antike Bestandteil medizinischer Therapie. Diese Tradition trug zum Weltruhm der Molkenkur bei.**

Im Gras- und Viehzuchtland Schweiz entwickelte sich ab dem ausgehenden Mittelalter fast zwangsläufig eine Milch-Kultur, die nicht nur ernährungstechnische, sondern auch medizinische Dimensionen hatte.

Eine grosse Rolle spielte dabei die Ziegenmilch und deren Molke. Zwar sind Milch und Milchprodukte auch heute noch unverzichtbare Grundnahrungsmit tel. Doch kaum bekannt ist, dass früher der weisse Saft, besonders jener aus den Alpen, von grosser medizinischer Bedeutung war, was ihm und der Schweiz zu Weltruf verhalf. Die Ziegenmolke gar machte aus dem Flecken Gais im Appenzellerland das europaweit bekannteste Dorf der Schweiz.

### Gesunde Alpenmilch

Rund 45 Prozent der Fläche der Schweiz liegen auf über 1200 Meter oberhalb

Meereshöhe; gut ein Fünftel sind Alpweiden. Die Alpung des Gross- und Kleinviehs bedeutet einen unerbittlichen Gesundheits- und Konditionstest, der sich auch positiv auf die Milchqualität von Kühen und Ziegen auswirkt. Die tierischen Sommerferien auf der Alp sind also so etwas wie ein animalisches Wellness-Programm.

Die Alptiere profitieren vom würzigen Alpenfutter mit den kleineren und intensiver duftenden Bergkräutern. Der freie Lauf auf steinigem und steilem Gelände stärkt die Muskeln und Knochen und fördert die Vertrautheit der Tiere mit der Natur. Bergluft und Sonnenbestrahlung fördern zudem den Stoffwechsel.

Kein Wunder also, dass die Alpenmilch bald als besonders gesund galt – was übrigens aktuelle Forschungsergebnisse bestätigen. Die in der Alpenmilch ange reicherten Fettsäuren sollen vorbeugen-

de Wirkung gegen Brust- und Darmkrebs haben, fand die Forschung zudem heraus. Trotzdem wird die Alpenmilch kaum je im Supermarkt als Renner zu kaufen sein, denn die Kühltransporte wären zu lang und zu kostspielig.

### Geissmilch als Medizin

Einen speziellen Nimbus hat seit jeher die Ziegenmilch. Beim Arzt und Naturforscher Konrad Gessner steht schon 1669 zu lesen: «Geissmilch mit Honig getrunken/macht die Männer muthig/und die Weiber geschickt zu empfahlen.» Und weiter heisst es: «Geissmilch vertreibt die Mertzenblumen/oder Sommerflecken und Sprencel im Angesicht/macht die Zähne leicht wachsen/und standhaftig/ist auch gut dem rohen und geschwollenen schlund/warm gegurglet/wie sie gemolken ist.»

Oder an anderer Stelle über die Molke: «Wann man ... von der durchgeseigten Molken aber alle Morgen ein halb Echt-mass trincket/ist sehr gut vor Verstopfung dess Miltzes/hitzige Leber/und die Lungensucht.»

### Geissmilch macht die Männer mutig!

Konrad Gessner

Und bereits seit der Antike gelten auch die Milch von Pferde- und Eselstuten, aber auch Frauenmilch, als therapeutische Mittel, vorab gegen Schwindsucht (Lungentuberkulose) und Gicht. Ganz besondere magische Kräfte wurden – und davon berichtete schon Aristoteles – der Bocksmilch zugeschrieben. Sie wird (besonders bei hornlosen Ziegenrassen) von Zwittern mit Afterzitzen am Hodenskrotum sezerniert.

### Weltbekanntes Gais

So war es denn nur logisch, dass der weisse Saft aus den Alpen Heilmittelstatus erhielt. Und zwar war es anfänglich

lediglich ein ganz besonderer Bestandteil der Milch, der es ab Mitte des 18. Jahrhunderts zu medizinischem Ruhm brachte: die Molke. Durch sie kamen Kuraufenthalte in den Bergen in Mode. Bevorzugt wurde die Ziegenmolke, weil die Meckertiere weniger anfällig für Tuberkulose sind als Rinder; in Kuhmolke wurde aber auch gebadet.

Früher wurde das, was bei der Käseherstellung als wässrige Flüssigkeit zurückbleibt, die Molke eben oder Schotte, in der Sennhütte zum Spülen des Milchgeschirrs verwendet – oder den Schweinen verfüttert. Allerdings schätzten auch bereits die Älpler dieses durstlöschende Getränk, das Milchzucker, Eiweiss, Vitamine und Mineralstoffe enthält.

Als 1749 der Arboner Arzt Dr. Meyer einen hoffnungslos lungenkranken Patienten aus Zürich durch eine Ziegenmolkenkur in Gais im Appenzellerland wieder fit kurierte, sprach sich das schnell herum. So machte die Molkenkur – ausgehend vom Flecken Gais, dem bald bekanntesten Dorf der Schweiz – Furore im Kampf gegen die Volksseuche Schwind-sucht.

«Schottengäste» in Gais waren u.a. Königin Paulina von Württemberg und der holländische Exkönig Louis mit seiner Gemahlin Hortense.

Die schön gezeichnete Pfauenziege bekam ihren Namen von den «Pfaven», den Strahlen am Kopf. Sie wird auch Halbetscha (Halbweisse) oder Razza naz genannt und ist inzwischen in ihrem Bestand bedroht.



### Wie Molke entsteht

«Man besucht», so schrieb Johann Heinrich Ernst 1795 in «Nachricht von Gaiss», «gewöhnlich erst in der Mitte oder gegen das Ende des Brachmonats (Juni), den schöngebauten und anmuthigen Marktflecken Gaiss, weil erst um diese Zeit die Ziegen in die höheren Alpen getrieben werden, wo sie kräftigeres Futter antreffen und wodurch mithin den Molken auch heilsamere Kräfte mitgetheilt werden.»

Und er präzisiert: «Die Molken werden auf folgende Art von den Sennen bereitet: sie scheiden nemlich zuerst mit dem ausgedrückten Saft von Kälbermagen die Ziegenmilch, dann schöpfen sie den Zieger heraus, um davon den mageren Ziegenkäss zu machen, hernach giessen sie etwas Sur hinein (alte, sauer gewordene Molke), dadurch wird die Molkenmasse noch mehr geschieden: dieses zum 2ten mal geschiedene wird dann in hölzerne Gefässe abgeschüttet, welche 5 bis 6 Maass halten, und unter dem Namen Gaisschotten nach Gaiss getragen.»

### Der grosse Kurboom

In «Nachricht von Gaiss» gibt Johann Heinrich Ernst auch ganz konkrete Beispiele zum Besten: «Ich erinnere mich

eines Frauenzimmers aus Deutschland, welche, nachdem sie von verschiedenen geschickten Aerzten Jahre lang die bewährtesten Arzneymittel und mancherley Curen für ihre Krankheit ... gebraucht hatte, sich auf anrathen einer Freundin aus der Schweiz entschloss, diese Alpenkur noch zu versuchen.» Und er fährt fort: «Sie machte die beträchtliche Reise von Heidelberg nach der Schweiz mit grossen Beschwerden, und langte halbtodt in Gaiss an. Gegen das Ende der 4ten Woche spürte sie Besserung ... sie befand sich ein ganzes Jahr durch ziemlich wohl, und kam das Jahr darauf zum 2ten mal voll Freude und Hoffnung wieder nach Gaiss.»

In mehrstündigem Fussmarsch brachten die Sennen die Ziegenmolke von den Alpen des Säntismassivs nach Gais, wo das abführend und zugleich nährend wirkende Getränk noch warm auf dem Dorfplatz ausgeschenkt wurde. Als bald rollte eine gewaltige Kurwelle an und initiierte eine Ratgeber- und Reiseführerliteratur, deren Herzstück wohl die 1812 vom Winterthurer Arzt und Dichter Ulrich Hegner verfasste Briefnovelle «Die Molkenkur» war.

### Herisauer Heinrichsbäder

Erst gegen Ende des 19. Jahrhunderts verloren die Molkenkuren wieder an Bedeutung. Allerdings haben inzwischen ein erfolgreiches Schweizer Milchserumgetränk (erfunden 1952) sowie neue Wellnessprodukte auf Molkenbasis ein Revival dieses traditionsreichen Milchproduktes eingeläutet.

Damals jedoch hatten, nebst der Molke, selbst Harn und Kot vom Vieh Heilmittel-funktion, nämlich in der vor allem in ländlichen Gegenden verbreiteten «Drecksapotheke». Mancherorts, so im berühmten Heinrichsbäder bei Herisau, kombinierte man die Molke mit dem Kuhdung: Im Krankenzimmer über dem



### Molke modern – Molkosan

Alfred Vogel kannte und schätzte den Wert der Molke. Molkosan, das vergorene Molkenkonzentrat von A.Vogel, ist inzwischen eines der bekanntesten Schlankheits- und Schönheitsmittel der Natur. Der Klassiker unter den alpinen Well- und Fitness-Getränken ist nicht einfach ein Durstlöscher. Er ist leicht, erfrischt, entschlackt und ist gut für Immunsystem und Haut. Für Kenner enthält Molkosan die ganze herbe Frische und Gesundheit der Schweizer Alpen.

Kuhstall nutzte man die therapeutische Wirkung der Ammoniakdämpfe ... Auch bei Konrad Gessner wird eine Arznei eigener Art gepriesen: «Sie mischen den frischen Kühdreck unter den Wein/drücken ihn auss durch ein Tuch/und geben den Safft dem Krancken ein.» Oder: «Der Ochsen-Harn vermischt mit Myrrhen/ist auch gut in Ohren-Schmerzen/so mans hinein treuflen thut.»



### Welterfolg Alpenmilch

Was der Schweizer Alpenmilch im 19. Jahrhundert dann endgültig zum grossen Siegeszug rund um die Welt verhalf, war ihre Verarbeitung in Kondensmilch, Milchpulver und Milchsokolade.

In Cham im Kanton Zug realisierte 1866 ein amerikanisches Brüderpaar die erste Milchkondensationsfabrik Europas und machte durch Eindampfen den weissen Saft keimfrei und somit jahrelang haltbar. 1867 begründete der Frankfurter Apotheker Heinrich Nestlé in Vevey eine erfolgreiche «Kindermehl»-Produktion. Beide Unternehmen fusionierten 1905. Die haltbaren Milchprodukte des nunmehrigen Branchenführers wurden zum Exportschlager.

Ein weiterer Markstein im Erfolgsmärchen der Schweizer Alpenmilch war die Erfindung der Milchsokolade, die dem Schweizer Fabrikanten Daniel Peter zu verdanken ist. Ihm gelang die Vermischung von Milch und Kakao mittels Kondensmilch, und so produzierte er ab 1875 in Vevey die Marke «Gala Peter». Wie schon das Milchpulver, so profitierte nun auch die Schokolade vom Gesundheitsmythos der Alpenmilch.

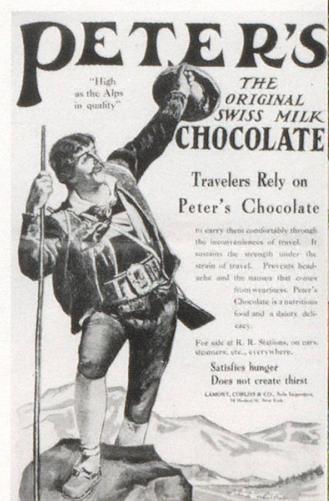
### Die schwarzen Täfeli

Aus der Schweizer Alpenmilch-Schokolade ist ein Welthit geworden. Um so mehr fragt man sich rückblickend, warum eigentlich nie jemand auf die Idee gekommen ist, aus Schweizer Alpen-Ziegenmilch Schokolade zu fabrizieren. Wetten, dass eine solche Spezialität in «gluschtiger» Verpackung – mit Konterfeis von Heidi, Geissenpeter und ihren Meckertieren – ein Renner geworden wäre!

Doch die süsse Versuchung löste auch kritische Stimmen aus. So meinte Kräuterpfarrer Johann Künzle 1934: «In Fabriken und weiblichen Geschäften schlucken viele wie alte Rosse den ganzen Tag diese schwarzen Täfeli; als Zeichen beleckter Kultur findest du auf allen Strassen Schokoladepapier. Hat einmal jedes Liseli und Babeli Stimmrecht und willst du Grossrat werden, so kauf ihnen ein Fuder Schokolade, und sie stehen begeistert für dich ein, wärest du auch röter als Bebel und schwärzer als der älteste Jesuit.»

Doch selbst solch derbe Worte vermochten den Siegeszug der Schweizer Alpenmilch und ihrer Produkte nicht zu schmälern. Heute kann man sich bloss noch mit leiser Wehmut dieser einstigen Glanzzeiten des weissen Saftes aus den Schweizer Alpen erinnern.

• Heini Hofmann



«Ihre Qualität: hoch wie die Alpen». Schokolade hilft gegen Kopfweh und Reiseübelkeit – versprach dieses Plakat.

Milchmädchen und Kuh warben mitsamt naturgetreu rauchenden Schornsteinen für die gute Schweizer Alpenmilch (links).