

--&gt;

# TAGBLATT

St.Galler Tagblatt Online, 9. Januar 2012, 01:04 Uhr

## Gesundheit aus der Natur



Der Kursaal von Heiden. (Bild: Museum Heiden)

### **Eine erfolgreiche Molkenkur und die Geschäftstüchtigkeit eines Wirtes verwandelten die Natur des Appenzellerlandes in einen Gesundheitsbrunnen und bildeten die Grundlage für den Fremdenverkehr.**

FRANK KAUFFMANN

Der Weg der Gesundheit führe über das Appenzellerland, so heisst es selbstbewusst auf dem Gesundheitsportal «gesundheits.kanton.ch». Rund 270 Heilpraktiker üben in Appenzell Ausserrhoden ihre vielfältige Tätigkeit aus. Zu verdanken haben sie dies der liberalen Gesetzgebung von 1870 – diese garantiert auch nichtstudierten, ehrenhaften Kantonsbürgern die Ausübung ärztlicher Praxis.

### **Naturprodukt Molke**

Ihren Anfang nahm diese Gesundheitstradition mit einer unerwarteten Heilung vor 260 Jahren. 1749 empfahl der Arboner Arzt Meyer einem brustkranken Zürcher Unternehmer eine Molkenkur, welche dieser im «Ochsen» in Gais absolvierte. Bei der frischen und gesunden Appenzeller Geissenmolke – Molke entsteht beim Käsen und ist auch die Grundlage von Rivella – gesundete der Mann tatsächlich.

Die Kunde davon und die geschäftstüchtige Vermarktung des «Ochsen»-Wirtes Ulrich Heim machten Gais zum ersten Molkenkurort Europas. Während der nächsten Jahrzehnte traf sich hier

eine auserlesene Gesellschaft zur Molkenkur, darunter die ehemalige Königin Hortense, Mutter von Kaiser Napoleon III.

### **Gesunder Stallgeruch**

Der Aufstieg von Gais zum Kurort fällt zusammen mit einer allgemeinen europäischen Natur- und Gebirgsverherrlichung, die den Grundstein zum Schweizer Tourismus legte. In der gesunden Schweizer Bergluft, so die Vorstellung, lebten die urdemokratischen, vor Kraft und Gesundheit strotzenden Schweizer Hirtenvölker. Das Appenzellerland vereinigte all diese Qualitäten. So schrieben etwa die beiden Deutschen Meiners 1788 und Ebel 1798, die Appenzeller seien das demokratischste aller Schweizer Gebirgsvölker. Meiners fügte hinzu, die Luft in Gais werde für eine der gesündesten der ganzen Schweiz gehalten.

Selbst der Stallgeruch war hier gesund und wurde therapeutisch eingesetzt. In speziell für Kurgäste eingerichteten Zimmern liess sich der die Atemwege befreiende Stall- und Jauchegeruch inhalieren.

Als letzte Kur-Komponente kam schliesslich das Wasser hinzu. Die uralte Tradition des Bäderbesuchs schlug zu Beginn des 19. Jahrhunderts in ein eigentliches Badefieber um, was dazu führte, dass überall in Appenzell Ausserrhoden neue Bäder aus dem Boden schossen. Gewitzte Köpfe entdeckten heilsame Quellen auf ihren Grundstücken oder in den Kellern ihrer Häuser. Sie richteten natürlich sogleich Bäder ein, welche vor allem von der regionalen Bevölkerung besucht wurden. Damit war der Grundstein für den heutigen Gesundheitskanton gelegt. Er basierte auf den natürlichen Vorzügen des Appenzellerlands: Luft, Wasser und Naturprodukte.

### **Wolken ziehen auf**

Im 19. Jahrhundert begann der Stern der Molkenkuren zu sinken. Reiseschriftsteller kritisierten den finanziellen Charakter der Molkenkuren. Die Appenzeller Geschäftstüchtigkeit passte nicht zu ihrem Bild des urdemokratischen und natürlichen Hirten- und Gebirgsvolkes. Es entging ihnen, dass diese Unternehmermentalität in der alteingesessenen Textilindustrie der Ausserrhändler wurzelte.

Schwerer wogen die medizinischen Zweifel an der Heilwirkung der Molke. Sie leiteten in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts den Niedergang der Molkenkuren ein. Es nützte nichts mehr, dass Pfarrer Heim, der Urenkel des «Ochsen»-Wirtes, 1878 dem theoretischen und akademischen «Katheterspruch» trotz der vielhundertjährigen Erfahrung entgegenstellte. Die Zukunft gehörte den pharmazeutischen Arzneimitteln. Der Stern von Gais verblasste.

### **Klinik während Kuraufenthalt**

Im Gegensatz zu Gais verstand es Heiden, sein Kurangebot zu diversifizieren und attraktiv zu gestalten. Dazu trug in besonderem Masse der Berliner Augenarzt Albrecht von Graefe (1828–1870) bei, dem es als erstem gelungen war, den grünen Star zu stechen.

Der tuberkulöse von Graefe pflegte jährlich ein paar Wochen zur Molkenkur nach Heiden zu kommen. Während seines Aufenthalts richtete er im Hotel Freihof eine Klinik ein. Die staubfreie Luft und das saftige Grün der Wiesen erachtete er als hilfreich bei der Genesung von Augenleiden. Von Graefe zog nicht nur Kunden aus ganz Europa an, auf seine Anregung hin unternahm die

Heidener einige Anstrengungen zum Ausbau ihres Kurortes. Die Gemeinde legte Spazierwege an und errichtete eine Kurhalle. Deren Eröffnung 1874 fiel nicht nur mit der Errichtung eines Bezirkskrankenhauses zusammen, sondern auch mit der Eröffnung der Zahnradbahn von Rorschach nach Heiden.

In den folgenden Jahrzehnten traf sich hier die europäische Prominenz. Heiden konnte es sich sogar leisten, während mehrerer Jahre – von 1900 bis 1913 – ein eigenes Fremdenblatt herauszugeben. Die Verbindung Luft- und Molkenkurort mit Spitzenmedizin, und das kombiniert mit dem Komfort eines an europäischen Standards angepassten Kurbetriebes sicherte das Überleben.

### **Öffentlicher Verkehr**

Der Bade- und Kulturtourismus blieb lange ein saisonales Gewerbe, winters standen die Hotels meist leer. Die neuen Verkehrsverbindungen durch Bahn, Postkutschen und später den Bus förderten zwar den Fremdenverkehr, bedeutender waren sie jedoch für den Wochenendtourismus. Mit der bequemen Anbindung ans Schweizer Verkehrsnetz kamen nun ganzjährig Scharen von Tagesausflüglern ins Appenzellerland.

### **«D' Chraft vo de Natur»**

In den letzten 30 Jahren hat die Wellness-Idee von Amerika kommend die Welt erobert. Als Krankheitsprävention und Gesundheitssteigerung trifft die Bewegung den Nerv unserer Zeit. Wellnesen besetzt den Zwischenbereich zwischen Tourismus und Medizin und umfasst eine ganze Palette gesundheitsfördernder Massnahmen wie Bäder, Massagen, Ernährungsberatung und Erholung. Dinge, die das Appenzellerland seit langem anbietet: Natur, Naturprodukte, Luft und Wasser.

Genaugenommen beginnt die Geschichte des Wellnessens mit einer Molkenkur in Gais. Folgerichtig heisst auch das Motto des Appenzeller Gesundheitsweges: «D' Chraft vo de Natur för e gueti Gsondheit».

**Diesen Artikel finden Sie auf St.Galler Tagblatt Online unter:**

<http://www.tagblatt.ch/ostschweiz/thurgau/kantonthurgau/tz-tg/Gesundheit-aus-der-Natur;art123841,2820034>

Copyright © St.Galler Tagblatt AG

Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von St.Galler Tagblatt Online ist nicht gestattet.