



Frühgymnastik im Schroth-Heilbad Oberstaufen: „In fröhlicher Runde schmelzen bei uns die Pfunde“

KUREN

„Wer lieben will und saufen“

Wein, Weib und Wasserspiele – das deutsche Kur- und Bäderwesen. Von Hans Halter

Wer zur Schroth-Kur nach Oberstaufen im Allgäu reist, der sollte an einem Mittwoch eintreffen. Das gibt der Kur die Taille. Man bekommt sieben getrocknete Pflaumen zu essen, einen Esslöffel geraspelte Möhren und muss den Saft einer Zitrone trinken. Mehr gibt's nicht. Jeder Mittwoch ist, aus der Sicht des „Schrothlers“ (so werden sie genannt), ein vergnügungsfreier, echt herber „Trockentag“.

Aber der Donnerstag! Der beginnt morgens früh um vier. Zu dieser Stunde erscheint die „Packerin“ und wickelt den Kurgast erst mal in bitterkalte, nasse Tücher, darüber kommen Wolldecken und ein Federbett. Mit drei Wärmflaschen wird nachgeheizt. Damit der Gast nicht weglaufen kann, wird er fest verschnürt.

Ganz früher sind dabei manchmal Menschen gestorben oder haben sich den „Skorbut“ geholt, weil die „höchst lästige schrothsche Kur“, wie „Meyers Konversa-

tions-Lexikon“ 1889 warnt, „sehr tief eingreift“, was „viele nicht aushalten“.

Kann schon sein. Damals wurde das Naturheilverfahren aber auch vornehmlich bei alten Syphilitikern angewandt, heute ist alles ganz anders, besonders donnerstags. Denn das ist unser „großer Trinktag“. Da macht die Schroth-Kur richtig Freude, schon morgens früh um sieben. Der Gesundheit zuliebe trinken wir erst mal ein ordentliches Glas Glühwein. Sehr zum Wohl!

Alkohol ist Medizin. Johann Schroth, der „Naturheilarzt“, hat das 1817 so festgelegt. Eigentlich war Schroth kein Arzt, sondern Fuhrmann im schlesischen Österreich, auf der westlichen Seite des Riesengebirges. Den 19-Jährigen hatte ein Pferd getreten, sein Knie wurde dick und dicker. Für Schroth war das die Stunde des Selbstversuchs: Die kalten Umschläge, die strenge Diät und der „Heilwein“ zauberten seine Kniebeschwerden weg.

Deshalb trinkt der Schrothler am Donnerstag ab 15 Uhr einen Liter Heilwein, heute noch und immer wieder. In unserem Fall kam der „Löwensteiner Sonnenberg“, Riesling trocken, Jahrgang 1997, ausgezeichnet mit dem Deutschen Weinsiegel, 11,5 Prozent Alkohol, Gesamtbrennwert 3034 Kilojoule, zum Einsatz. Oh Mann, welch ein tolles Medikament! Hilft dem Vater auf das Fahrrad, wenn auch nicht gleich am Donnerstag.

Bei einer Kur, und das gilt für alle Varianten, tritt der ganz große Erfolg erst ein, wenn man wieder zu Hause ist. Das war schon zu Goethes Zeiten so – der war 23-mal zur Kur –, ist von der wissenschaftlichen Bäderheilkunde bestätigt und tröstet den Kurgast über die dunklen Stunden, die nicht ausbleiben.

Beim Schrothen darf sich niemand wundern, wenn diese „Kurkrise“ freitags eintritt. Freitags ist „Trockentag“, morgens ein Glas Kurtee, mittags sieben einge-

weichte Aprikosen, abends ein Esslöffel geraspelte Petersilie und wieder nur Zitronensaft pur. Nicht verzagen! Am Wochenende lacht das Glück in Oberstaufen, dem einzigen „Schroth-Heilbad der Welt“. Gut 100 Fachbetriebe, erkennbar am Gütesiegel „Anerkannter Schrothkurbetrieb“, schenken dann wieder den Heilwein aus, nur einen halben Liter pro Mann, am Samstag, dem traditionellen „kleinen Trinktag“, am Sonntag – „großer Trinktag“! – einen ganzen Liter.

Das ist gut für den Gast und gut für die Gastronomie. Denn:

Wer lieben will und saufen, der fährt nach Oberstaufen. Die Dicken und die Doofen, die sind in Wörishofen.

So reimen Taxifahrer sich die Welt zusammen. In Bad Wörishofen, 90 Kilometer entfernt, hat sich vor 150 Jahren der katholische Pfarrer Sebastian Kneipp dem kalten Wasser verschworen, hat damit sein Lungenleiden kuriert und anschließend behauptet: „Was Wasser nicht heilt, das ist nicht heilbar.“

Das galt auch für Kneipps Blasenkrebs, welchen er so lange mit kalten Güssen traktierte, bis Gott ihn zu sich rief. Wein war in Kneipps Apotheke nicht zu haben.

Dabei enthält doch der Heilwein, wie die 15 Kurärzte der 7000-Seelen-Gemeinde Oberstaufen beschwören, „alle wichtigen Bio-Elemente“ und „sehr viele Vitamine“, darunter sogar das „Vitamin H“, ein reines Phantasieprodukt, das außerhalb von Oberstaufen niemand kennt.

Macht nichts. Die „Schlacken“, welche nach der festen Überzeugung von Kurarzt und Kurgast mittels der Schroth-Therapie aus dem Leib entfernt werden, gibt es in Wahrheit so wenig wie das Vitamin H. „Der menschliche Körper“ ist doch „kein Ofen, in dem Kohlen verbrannt werden“, mokiert sich der Münchner Medizinprofessor Hans-Dieter Hentschel – ausgerechnet im „Schroth Kurier“, den die Gäste von der Kurverwaltung gratis gereicht bekommen.

Solche Meinungsvielfalt ist ein schönes Zeichen von Toleranz und flexiblem Marketing. Ein Kurort, der prosperieren will, darf heutzutage nicht kleinlich, gar beserwischerisch wirken. Das deutsche Kur- und Badewesen ist eine gigantische „weiße Industrie“. Im letzten Jahr erwirtschaftete sie mit 280 000 Mitarbeitern einen Umsatz von gut 30 Milliarden Mark. Seit die Kranken- und Rentenkassen nicht mehr klaglos für alles bezahlen, hält die Branche Aus-

schau nach dem zufriedenen Selbstzahler. Der will nicht vom Kurpersonal bevormundet werden, sondern lieber selbst mal eine kesse Lippe riskieren.

„Der Kurort muss zu einem großen Club à la Robinson werden“, fordert der Präsident des Deutschen Reisebüro-Verbandes. „Alte Menschen am Stock, die ihre Runden im Kurpark drehen, hier ein Schlückchen Wasser trinken, dort ein Stückchen Kuchen essen – nicht sehr attraktiv.“

Stattdessen sind „Wellness“ und „Fitness“ angesagt, der Trend geht zum aktiven Freizeitspaß. In viel Grün, sauberer Luft und gesundem Klima soll, so wurde auf dem letzten Deutschen Bädertag verkündet, fürderhin gelten: „Beauty ist das Ballkleid der Gesundheit.“

Oberstaufen, postkartenschön am Alpenrand gelegen, von Gott mit einem

sche Kurort etwas holprig zur Sammlung für einen guten Zweck:

In fröhlicher Runde schmelzen bei uns die Pfunde, drum gehts geschwind für Aktion Sorgenkind.

Zusammengekommen sind 15 000 Mark, pro verlorenem Pfund der Spender eine Mark.

Eigentlich hatte Naturarzt Schroth das Abnehmen gar nicht im Programm. Er heilte mit seinen nassen Tüchern am liebsten Knochenbrüche und die „Ausschwitzungen des Bauchfells“, ein rein virtuelles Leiden. Die Trias Trinken – Schwitzen – Dürsten reinigte nach seiner Vorstellung „das Blut und die Säfte“, denn der medizinische Laie glaubte fest: Alle chronischen Krankheiten haben ihre Ursache in „schlechten Verdauungswerkzeugen und in den verdorbenen

Flüssigkeiten des Körpers“. Dieser Gedanke – der Tod sitzt im Darm – begleitet die Menschheit, seit es Heilkundige gibt.

Allerdings sind alle Leiden und Gebrechen modischen Einflüssen ausgesetzt. Die Franzosen sorgen sich um die Leber, die Engländer um das Herz, die Amerikaner fürchten die Viren, der Deutsche das Übergewicht. Stark im Kommen ist jetzt der Rückenschmerz, auch der Stress hält sich noch immer gut im Vordergrund. Dass man durch eine Kur, möglichst bezahlt von den Sozialkassen, das Blatt wenden könne, ist eine speziell deutsche Vorstellung. In keinem anderen Land der Welt gibt es ein vergleichbares Kur- und Bäderwesen.

Diese weiße Industrie hat die wechselvollen Zeiten und alle Nachstellungen, zuletzt durch den CSU-Gesundheitsminister Seehofer,

mit leichten Blessuren überstanden und befindet sich wieder im Aufwind. Dazu bedarf es der Geschmeidigkeit. Wenn Rückenschmerz plötzlich Konjunktur hat – und nicht mehr „Magenerweiterung“ wie zu Schroths Zeiten –, dann versteht es sich von selbst, dass die Schroth-Kur neuerdings auch gegen „Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule“ hilft, gegen Rheumatismus, Arthrose und Gicht sowieso.

Mindestens ein dutzend „Heilanzeigen“, von denen Schroth beim besten Willen nichts wissen konnte, weil die dazu passenden Krankheiten noch gar nicht ge- oder erfunden waren, präsentiert der Schrothverein Oberstaufen e. V. dem geneigten Publikum. Aus wissenschaftlicher Sicht ist die alte Naturheilweise eine sehr einseitige Ra-



Patientin im Moorbad: „Beauty ist das Ballkleid der Gesundheit“

guten Klima und vitalen Ureinwohnern gesegnet, erfüllt alle Basisvoraussetzungen, um den Gast so glücklich zu machen, dass er wiederkommt.

Dem fröhlichen Kurgast hüpf das Geld leichter aus dem Beutel. Er soll dafür auch alles kaufen dürfen, was auf dem Marktplatz der Gesundheit angeboten wird, Seriöses, weniger Seriöses und den reinen Blödsinn.

In Oberstaufen kann man nach Schroth abnehmen, wenn man möchte, aber auch mittels der Kartoffeldiät, der Trennkost, der Managerkur, dem Qigong-Teilfasten, der Reduktionsdiät, durch eine Molke-Trinkkur oder nach Dr. Buker, Dr. Lütznert und so fort, selbstverständlich auch à la carte. In seiner Ortsmitte mahnt der bayeri-



FOTOS: M. WITT

In den guten alten Zeiten, als der Geheimrat G. abends um die Häuser zog, waren die Chancen jedoch objektiv günstiger. Damals brachten die Eltern ihre Töchter mit zur Kur. Davon kann heute keine Rede mehr sein, die Töchter sind jetzt alle auf der Love Parade. In „Bubis Bar“ in Oberstaufen, der Eins-A-Adresse für die einsamen Herzen, sind die Männer über 50 unter sich und mit den guten alten Männerthemen befasst.

Die Bar ist mit Prominentenfotos tapeziert, viele Fußballer sehen uns an, sogar Sepp Herberger. Bubi sagt, er kenne ihn noch von früher. „Ich könnte Dinger erzählen“, legt ein beleibter rheinischer Kurgast los und fasst das Bierglas fester, „Baugrundstück ... Ausverkauf ... Parkplatz ... so macht man das ... und das Grundstück bleibt dir.“ Die Blondine an seiner Seite, sie ist die einzige Dame in Bubis Bar, macht große Augen.

Wer sich, auf der Suche nach Liebe und Zuwendung, an die „Katholische Kurseelsorge“ hält, hat womöglich mehr vom Leben. Dort wird über die „Steinheilkunde nach Hildegard von Bingen“ vorgetragen, eine Heilige vom alten Schrot und Korn, die sich mit Herzeleid und jedem Männerweh gut auskannte. Einsame Damen können sich dem Oberstaufener Pastoralreferenten anschließen, der einen „meditativen Waldspaziergang“ offeriert.

Doch der Königsweg zum Glück führt in das warme Wasser. Jedes bessere Haus am Platz hat ein wohltemperiertes Schwimmbad und mindestens einen Whirlpool.

Im „Parkhotel“ – einem empfehlenswerten Domizil für die gehobenen An-

Schroth-Kur-Diät in Oberstaufen: Am großen Trinktag lacht das Glück

dikalkur, die durch Entwässerung und Teilfasten zu einer – meist nur vorübergehenden – Gewichtsabnahme führt.

Je gesünder man ist, desto besser verträgt der Körper die rabiante Therapie, ganz unabhängig davon, gegen welches Leiden zu Felde gezogen wird. Liebenswerterweise werden im Oberstaufener Kurprospekt die diversen Heilanzeigen an einer nackerten Hochglanz-Blondine im schönsten Alter vorgezeigt.

Da kommt gute Laune auf. Schon der Kurgast Goethe schrieb 1814 an einen Freund, dass eine Kuranstalt „mehr zur Zerstreuung und Hoffnung als zu eigentlicher Heilung“ dienen mag – „doch das ist ja auch schon was“. Noch 1823, Goethe war schon 73 Jahre alt, tattrig und zahnlos, verdrehte er der 19-jährigen Ulrike von Letzow den Kopf. Attraktive Kurschatten stimulieren den Heilerfolg, damals wie heute.

KNEIPP-KUR

Über den Nutzen der beliebten Kneipp-Kur urteilte Professor Dr. med. Irmgard Oepen, ehemals am Institut für Rechtsmedizin der Universität Marburg, im „Deutschen Ärzteblatt“:

„Die Kneipp-Therapie gehört zu den Naturheilverfahren, die diese Bezeichnung mit Recht führen und die daher als Bestandteil der so genannten Schulmedizin anerkannt sind. Die Kneipp-Therapie gestattet mit ihrem Reichtum an Anwendungen und der Vermittlung einer gesundheitsbewussten Lebensweise individuelle, dem jeweiligen Zustand des Patienten angemessene Verordnungen.“

„Durch Abhärtung, Entspannung und Leistungssteigerung beeinflusst sie Soma und Psyche günstig, so dass sie im wahrsten Sinne des Wortes als ganzheitlich bezeichnet werden kann. Dieses Attribut trifft für Pseudo-Naturheilverfahren, deren Anhänger die Begriffe ‚naturgemäß‘ und ‚biologisch‘ mit ‚wissenschaftlich nicht anerkannt‘ und ‚ungeprüft‘ gleichsetzen, nicht zu. Sie sind zum Teil sogar, zum Beispiel Zell- und Ozontherapie, mit einem unberechenbaren Risiko behaftet. Bei anderen Methoden, wie Akupunktur und Homöopathie, sind trotz anderer Aussprüche nicht mehr als Placebo-Effekte nachweisbar.“



Kurmittel Wasser (in Bad Gögging): Das Ziel ist der gelockerte Leib



Kurgäste, Schroth-Büste in Oberstaufer: Dem Fröhlichen hüpf das Geld leichter aus dem Beutel

sprüche – ist der Kurgast noch keine fünf Minuten im Haus, da wird ihm schon ein weißer Bademantel (XXL) aufs Zimmer gebracht. Die Direktion vermutet offenbar, nichts sei so dringlich wie der Gang ins Wasser. Das ist gute Kurtradition, denn Wasser heilt den Gast. Früher musste er es trinken, heute darf er darin plantschen.

Im 19. Jahrhundert achteten die „Brunnenärzte“ streng darauf, dass die geregelte Trinkkur das Herzstück der Badreise blieb. Meist stanken die Heilwässer nach

Schwefel und kurierten die Verstopfung. Die war damals sehr en vogue.

Heute führen austrainierte Bademeister in den Thermen das Kommando, und ihr Ziel ist der gelockerte Leib. Der Gast hat die Wahl zwischen Wasserballett, Water-Moving und Aqua-Fit. Das alles macht der Arthrose Flügel, jedenfalls solange man im warmen Wasser bleibt.

Wer will, der hat an Land noch ganz andere Möglichkeiten, um Fit for Fun zu werden – hunderte von Optionen stehen dem Kurgast offen. Er kann, zum Beispiel, joggen, woggen oder Walkaerobic treiben. Ortsfesten Gästen, die sich nicht zu weit vom Heilwein entfernen wollen, ist Stretching zu empfehlen oder die Problemzonenmassage, vielleicht auch Bodystyling. Auch die Offerte „Heavy Hands“ klingt einladend. Man soll sich aber keine Illusionen machen und nicht glauben, die Physiotherapeutinnen (alles diplomierte Kräfte) seien Klaps- und Kitzelschätzchen.

Hitzigen Aufwallungen erotischen Begehrens steht das Personal skeptisch gegenüber. Von dem Türschild „Bitte nicht stören“ lassen sich die resoluten Packerinnen nicht beeindrucken. Sie wollen – Liebe hin, Liebe her – morgens um vier Uhr ihre kalten Laken zum Einsatz bringen. Davor ist nur geschützt, wer ein weißes Handtuch an die Türklinke hängt. Champagner auf dem Zimmer wird in Ausnahmefällen geduldet, weil es sich – bei großzügiger Auslegung der Schrothschen Kurregeln – um eine Variante des Heilweins handeln könnte.

Es versteht sich, dass im Zeitalter der Globalisierung die deutsche Kurindustrie jedes fremdländische Heilwissen impor-

tiert. Da die Nachfrage sich derzeit auf chinesische und altindische Therapien kapriziert, kann man im bayerischen Oberstaufer selbstverständlich Qigong-Übungen nach Hua Tuo absolvieren – was immer der böhmische Bauernbursche Johann Schroth davon gehalten hätte.

Wie bei jedem Neuerer der Heilkunst verdichtete sich auch in Schroths Kopf am Lebensende die eigene Erfindung zur überwertigen Idee. Was kalte Tücher und kühler Wein nicht kurieren konnten, das hielt Schroth für unheilbar. Er selber wurde nur 58 Jahre alt. Das Herz, sagen seine Schüler, sei schwach geworden. Vielleicht war es ja auch die Leber.

Bei seinen Patienten hat Schroth, dessen Büste jetzt die Ortsmitte von Oberstaufer ziert, den Leib vor dem Anlegen der Packung mit der rechten Hand eingerieben. Dabei murmelte er unverständliche Worte, die das kalte Wasser „kräftigten“. Kann sein, dass er, wie viele seiner Zeitgenossen, an „menschlichen Magnetismus“ glaubte. Dieser Hokuspokus wird derzeit nicht mehr praktiziert, obgleich Schroth auch damit Gutes bewirkt haben mag.

Seine Begründung jedenfalls leuchtet ein: Die „Lebensklugheit“, so sagte er, habe ihn „gelehrt, dass die Leute sich besser halten und die Kur besser brauchen, wenn etwas Ungewöhnliches, ihnen Unbegreifliches dabei vorkommt“.

Der moderne Schrothler hat nichts gegen Magie. Solange der Erfolg – „in fröhlicher Runde schmelzen bei uns die Pfunde“ – sich einstellt, würde selbst Gaukelei ihn nicht verprellen.

Lieber doof als dick. Man sieht's nicht so.

KUR - ANGEBOTE

Ob Bad und Brunnen der Gesundheit mehr helfen als ein Urlaub, ist unter Medizinern umstritten. Die Bäderwissenschaft („Balneologie“) unterscheidet zwischen den Mineral- und den Moorheilbädern, den heilklimatischen Kurorten, den Seeheilbädern sowie den Kneipp-Heilbädern und Kneipp-Kurorten. Das variable Therapieangebot sucht durch eine Ordnung der körperlichen Funktionen mittels Frühspport, Ernährungsdisziplin, Bädern, Wasseranwendungen und Massagen eine „Umstimmung“ zu erzielen und die Selbstheilungskräfte des Organismus zu aktivieren.

Örtliche Spezialitäten, etwa Fango- oder Lehm-packungen, werden den Kurgästen zusätzlich offeriert. Neuerdings versucht man auch, die Gäste durch Informationsangebote, gruppenspezifische Sitzungen und Verhaltenstraining langfristig zu gesundem Verhalten zu motivieren. Für einen großen Teil dieser Kurformen liegen bisher jedoch keine unstrittigen wissenschaftlichen Beweise der Wirksamkeit vor. Von vielen Ärzten als hilfreich betrachtet werden jedoch einige Kurmethoden des „Wasserpfarrers“ Sebastian Kneipp.