

# Mineralwasser als Medizin

Autor(en): **Giehler, Vera-Maria**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zürcher Taschenbuch**

Band (Jahr): **137 (2017)**

PDF erstellt am: **23.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-984914>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Mineralwasser als Medizin

«Sollte man sich denn nicht auch durch unkundige Anwendung  
eines Mineralwassers schaden können?»<sup>1</sup> –  
Der Zürcher Arzt Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872)  
über Nutzen und Gefahren des Mineralwassers

Bereits in der Antike nutzten Griechen und Römer Heilquellen<sup>2</sup> für Bade- und Trinkkuren.<sup>3</sup> Mit der Untersuchung der Zusammensetzung der Mineralwässer ab dem 16. Jahrhundert setzte dann die neuzeitliche, wissenschaftlich fundierte Balneologie (Bäderheilkunde) ein. Zu ihren bekanntesten frühen Promotoren zählen der Mediziner Paracelsus (1493–1541) sowie die Naturforscher Conrad Gessner (1516–1565) und Johann Jakob Scheuchzer (1672–1733). Im 18. Jahrhundert erfuhren dann das Badewesen und die Trinkkuren einen solch starken Aufschwung, dass sie zu einer Art «*Modetherapie*»<sup>4</sup> avancierten.

---

<sup>1</sup> Meyer-Ahrens, Conrad, Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz. In historischer, topographischer, chemischer und therapeutischer Beziehung geschildert, Zürich 1860, S. 2.

<sup>2</sup> Heilquellen: Natürlich fliessende oder künstlich freigelegte Quelle, die Wasser führt, das durch seinen Gehalt an Mineralstoffen, Spurenelementen etc. eine nachweisbare heilkräftige Wirkung auf den menschlichen Körper hat.

<sup>3</sup> Zur Geschichte der Balneologie vgl. z.B. Binz Nocco, Priska, Mineralwasser als Heilmittel. Medizinisch-pharmazeutische Aspekte im 19. und frühen 20. Jahrhundert unter besonderer Berücksichtigung des Kantons Tessin, Liebefeld 2008; Gutenbrunner, Christoph/Hildebrandt, Gunther, Handbuch der Heilwasser-Trinkkuren: Theorie und Praxis, Stuttgart 1994; Křížek, Vladimír, Kulturgeschichte des Heilbades, Leipzig 1990. Zu römischen Bädern in Zürich vgl. [Dürst, Matthias:] Gang dur Züri. Die Thermengasse. Auf: <http://www.alt-zueri.ch/turicum/strassen/t/thermengasse/thermengasse.html>, besucht am 14.03.2016.

<sup>4</sup> Peter, Peter, Kulturgeschichte der deutschen Küche, München 2008, S. 177.

## Das 19. Jahrhundert, die grosse Zeit der Bade- und Trinkkuren

Ihren Höhepunkt erreichte die medizinische Nutzung von Bädern und Heilquellen schliesslich im 19. Jahrhundert, als sie «*die Gesundheitspraxis und Gesundheitsfantasie [...] in heute kaum mehr vorstellbarem Mass [beherrschte]. Man ist versucht, von einer eigentlichen Hydromanie zu reden*»<sup>5</sup>. Dabei wurden Bade- und Trinkkuren entweder kombiniert oder einzeln durchgeführt, wobei der Kombination von Trink- und Badekur eine stärkere Wirkung zugeschrieben wurde. Grundsätzlich bestand eine Vielzahl von Anwendungsformen, die auch über eine reine Nutzung von Quellwasser hinausgingen. So konnte allein in Bezug auf Trinkkuren zwischen Mineralwasser-, Milch-, Trauben-, Erdbeer- und Molkenkuren gewählt werden. Mineralwässer bzw. Heil- oder Medizinalwässer spielten eine besonders wichtige Rolle, da man überzeugt war, dass durch Luft bzw. Kohlensäure verfeinertes Wasser den Körper reinige.<sup>6</sup>

Die durch Mineralwasserkuren behandelten Krankheiten umfassten eine grosse Bandbreite vor allem chronischer Krankheiten, die von Anämie über Tuberkulose bis hin zu Geschlechtskrankheiten reichte.<sup>7</sup> Zeittypisch für das 19. Jahrhundert waren auch Kuraufenthalte wegen sogenannter «Nervosität». Darunter fielen zum Beispiel «*Depressionen, Hypochondrie, Antriebschwäche, Reizbarkeit, Angstzustände*

---

<sup>5</sup> Graf, Felix, «Wasser tuts freilich ...». Hydrotherapie im Wasserschloss Europas, in: Graf, Felix/Wolff, Eberhard (Hrsg.), Zauberge. Die Schweiz als Kraftraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 99–103, hier S. 99.

<sup>6</sup> Vgl. Lersch, B.M., Einleitung in die Mineralquellenlehre. Ein Handbuch für Chemiker und Ärzte, Erlangen 1857, S. 1001 ff.

<sup>7</sup> Die Krankheiten umfassten nach Meyer-Ahrens: Störungen der Blutmischung, Krankheiten der Atmungsorgane, des Verdauungsapparates, der weiblichen und männlichen Geschlechtsteile, der Harnwerkzeuge, des Nervensystems, des Herzens und der grossen Gefässe, der äusseren Haut, der Augen und Ohren sowie seelische Störungen. In dieser Unterteilung sowie in seinen Kurregeln orientierte er sich an Helfft. Vgl. Helfft, H[ermann], Handbuch der Balneotherapie. Praktischer Leitfaden bei Verordnung der Mineral-Brunnen und -Bäder sowie des Seebades, Berlin 1855. Die Balneotherapie ist die Behandlung durch natürliche Heilquellen und ihre Erforschung, die Balneographie die Beschreibung von Heilbädern. In der Anwendung der Begriffe scheint nicht immer klar unterschieden worden zu sein.

**NIDELBAD** Wasserheilanstalt  
*am Zürichsee (Schweiz).*

**Sanatorium für Nervenkrankhe.**  
 Diätetische Kuranstalt für Krankheiten der Verdauung und des Stoffwechsels  
 (Fettsucht, Diabetes, Gicht, Anämie).

Heilfaktoren: Wasserheilverfahren, Diätikuren, Luft- u. Sonnenbäder.  
 Fangoapplikationen (bei rheumat. und neuralgischen Affektionen).  
 Elektrizität, Massage, Heilgymnastik, systematische Abhärtung. 254

Parkanlagen, ausgedehnte Waldpromenaden, prachtvolle Aussicht.  
**Pensionspreise: Fr. 6 bis Fr. 10.**

Leitender Arzt: **Dr. Tschlenoff**, Dozent in Bern.      Z à 1780 g      **Direktion:**  
**J. Hubler.**

Abb. 1: Werbung für das Nidelbad in Rüslikon, 1901 (Der Landbote, 7. Mai 1901, zweites Blatt). Meyer-Ahrens schrieb in seinem Werk über die Heilquellen (erste Auflage 1860, S. 392) zum Nidelbad unter anderem: «Der Gebrauch dieser Heilquelle wird empfohlen gegen allgemeine und besondere Muskelschwäche, Hypochondrie, Hysterie, Gelbsucht, Bleichsucht, Gicht, Rheumatismus, chronische Hautausschläge, auch Krätze, gegen welche Krankheiten sie einem verstorbenen Landarzte, der in der Nähe wohnte, herrliche Dienste leistete.» Das Wasser wurde nicht getrunken, sondern nur zum Baden verwendet.



oder psychische Erschöpfung wegen beruflicher und privater Überlastung sowie einseitiger intellektueller Arbeit».<sup>8</sup> Kurorte wurden jedoch nicht nur zur Heilung, sondern auch zur allgemeinen Erholung und zum Vergnügen besucht.

## Kuranstalten im Kanton Zürich

Die Schweiz war bekannt für ihre Kurorte und Kuranstalten. Waren es im 17. und 18. Jahrhundert Heilbäder wie Schuls, Pfäfers, Baden, Schinznach, Alvaneu etc.<sup>9</sup>, gewannen im 19. und frühen 20. Jahrhundert alpine Kurorte wie Davos, St. Moritz, Val Sinestra etc. zunehmend an Bedeutung. Doch auch im Kanton Zürich fanden sich Gäste aus ganz Europa ein.

Der deutsche Komponist Richard Wagner (1813–1883) zum Beispiel verbrachte im Herbst 1851 einige Wochen in dem physikalisch-therapeutischen Institut «Albisbrunn» bei Hausen am Albis.<sup>10</sup> In Briefen an seine Frau und verschiedene Freunde berichtete er darüber ausführlich.<sup>11</sup> Albisbrunn, das «älteste hydrotherapeutische Institut der Schweiz»<sup>12</sup> mit 120 Betten, galt als schön und sehr gut eingerichtet. Im Jahr 1839 wurde es vom Winterthurer Arzt Wilhelm Brunner (1805–

<sup>8</sup> Graf, F., Wasser, 2010, S. 102.

<sup>9</sup> Leu, Urs B., Conrad Gessner (1516–1565), Universalgelehrter und Naturforscher der Renaissance, Zürich 2016, S. 323 ff; Conrad Gesnerus, De Germaniae et Helvetiae thermis, in: De balneis, von Tommaso Giunta, 1553; Johann Jakob Scheuchzer (1672–1733), Hydrographia Helvetiae, 1717.

<sup>10</sup> Zu Albisbrunn und Kurhaus Arche vgl. Graf, F., Wasser, S. 99 ff. Zu Heilquellen und Kuren in Stadt und Kanton Zürich vgl. Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 388 ff. Roth, H., Geschichte der übrigen öffentlichen und privaten Krankenanstalten im Kanton Zürich, in: Regierungsrat Zürich (Hrsg.), Zürcher Spitalgeschichte, Band 1, Zürich 1951, S. 375–422. Zu Albisbrunn vgl. Averbek, Hubertus, Von der Kaltwasserkur bis zur physikalischen Therapie. Betrachtungen zu Personen und zur Zeit der wichtigsten Entwicklungen im 19. Jahrhundert, Bremen 2012, S. 417 ff.

<sup>11</sup> Zu Albisbrunn und Wagner vgl. Hlade, Josef L., Auf Kur und Diät mit Wagner, Kapp und Nietzsche. Wasserdoktoren, Vegetarier und das kulturelle Leben im 19. Jahrhundert: Von der Naturheilkunde zur Lebensreform, Stuttgart 2015, S. 101 ff.

<sup>12</sup> Graf, S. 100. «Hydrotherapie» steht für Wasserheilkunde.

1885) gegründet, der fortan die Leitung innehatte und «*strenge auf genaue Verfolgung der gegebenen Kurvorschriften*»<sup>13</sup> achtete.<sup>14</sup> Zwar wurden Kuren meist vom Hausarzt verschrieben, vor Ort waren jedoch Kur- bzw. Badeärzte für die Betreuung der Patienten zuständig. Die angebotenen Wasserkuren umfassten zur damaligen Zeit vor allem Quellwasseranwendungen in Form von Bädern und Güssen, ergänzt durch Trinkkuren. Später kamen auch Trinkkuren, Elektrotherapie und Massagen sowie Psychotherapie hinzu. Ebenso wie in anderen Wasserheilanstalten wurden dort auch radikale Kuren angewandt, deren Ziel es war, «Krisen» bei den Patienten hervorzurufen, durch die schädigende Stoffe ausgeschieden werden sollten. Diese machten sich vor allem durch den sogenannten Badeausschlag in Form von Hautausschlägen bemerkbar. In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts begann sich jene Sichtweise jedoch zu ändern. Krisen wurden nicht mehr als Ziel, sondern als unangenehme Nebenwirkung betrachtet. Die vormals stundenlangen Badezeiten wurden auf maximal viertelstündliche Anwendungen reduziert. Auch in Albisbrunn fand dieser Wandel statt, und die Kuren wurden um warme Bäder sowie Schwitzkuren und Ähnliches erweitert.

In der Nähe von Albisbrunn befand sich auch das ebenfalls beliebte Kurhaus «Arche» in Affoltern am Albis. Die Kuranstalt wurde 1890 vom Bonstettener Pfarrer und Arzt Johann Jakob Egli gegründet, der vor allem die damals neue Kneipp-Kur anwandte, ergänzt durch Luft- und Sonnenbäder.<sup>15</sup> Darüber hinaus entstanden im Kanton und der Stadt Zürich noch weitere Anstalten, so alleine zwei in der unmittelbaren Umgebung Albisbrunns.

Als Kurhaus mit Mineralquelle war das «Nidelbad» in Rüschlikon bekannt. Die Heilquelle wurde bereits im 16. Jahrhundert gegen

---

<sup>13</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 401.

<sup>14</sup> Die Kuranstalt Albisbrunn bestand bis in die 1920er-Jahre. Um die Jahrhundertwende betrug der Kurpreis für einen Tag in Albisbrunn ab acht Franken.

<sup>15</sup> Etwa 1940 wurde die «Arche» geschlossen. Vgl. Diethelm, Silvio, Affoltern am Albis, in: Historisches Lexikon der Schweiz, auf: <http://www.hls-dhs-ds.ch/textes/d/D2.php>, besucht am 23.03.2016.

Krätze und Wechselfieber<sup>16</sup> genutzt. Nachdem die Quelle eine Weile in Vergessenheit geraten war, wurde das dortige Kurhaus im 19. Jahrhundert nur noch «zum Aufenthalte von Leuten aus dem unteren Mittelstande und für Landleute»<sup>17</sup> empfohlen. In dem als klar, weingelb mit moorigem Geruch, aber ohne vorherrschenden Geschmack und bemerkenswerte Gasentwicklung beschriebenen Wasser konnten Badekuren absolviert werden. Eine «qualitative Analyse ergab Kali, Natron, Kieselerde, Kalkerde, Magnesia, Thonerde, Eisenorydul, Manganorydul, eine geringe Menge Kohlensäure, eine Spur von Phosphorsäure und eine bedeutende Menge organischer Materie [...], welche beim Verkohlen Ammoniak entwickelt, sich schwer einäschern läßt und sich gegen essigsaures Kupferoxyd wie Quell- und Quellfaßsäure verhält. Bemerkenswert ist die gänzliche Abwesenheit von Chlormetallen und schwefelsauren Salzen».<sup>18</sup> Empfohlen wurde ein Kuraufenthalt im Nidelbad bei «Muskelschwäche, Hypochondrie, Hysterie, Gelbsucht, Bleichsucht, Gicht, Rheumatismus, chronische[n] Hautausschläge[n], auch Krätze».<sup>19</sup>

Auch das «Wengibad» in Äugst konnte im 19. Jahrhundert besucht werden. Die Quelle wurde Personen aus dem Mittelstand zur Behandlung diverser Krankheiten empfohlen. In der Regel wurden dort Trink- mit Badekuren verbunden: «Man [...] trinkt Morgens nüchtern 2–3 Gläser, badet im Anfang  $1/2$  bis  $3/4$  Stunden und steigt bis auf  $5/4$  Stunden».<sup>20</sup>

Weitere im Kanton Zürich zu medizinischen Zwecken genutzte Quellen befanden sich in Winterthur, Ober- und Niederurdorf, dem Sonnenberg in Sternenberg, in Stammheim sowie in Mönchaltorf, Wila, Hinwil und Turbenthal. Die beiden Letzteren erlangten im 16. Jahrhundert eine gewisse Berühmtheit, da das «innere» sowie das

---

<sup>16</sup> Krätze, medizinisch Scabies oder Acarodermatitis, ist eine weitverbreitete parasitäre Hautkrankheit des Menschen. Sie wird durch die Krätzemilbe (*Sarcoptes scabiei*) verursacht. Unter Wechselfieber, auch kaltes Fieber genannt, versteht man Malaria, jene Krankheit, die sich vorzugsweise in niedrigen, sumpfigen Gegenden zeigt, dort heimisch und durch periodische Fieberschübe gekennzeichnet ist.

<sup>17</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 391.

<sup>18</sup> Ebd., S. 391 f.

<sup>19</sup> Ebd., S. 392.

<sup>20</sup> Ebd., S. 403.



«äußere Gyrenbad» zur Trink- und Badekur «von angesehenen Leuten, den Herren Bürgermeistern von Zürich, den Prälaten des Klosters Einsiedeln»<sup>21</sup> und dem Reformator Heinrich Bullinger (1504–1575) besucht wurden. Offenbar förderte es besonders den Appetit, da es als «Freßbad»<sup>22</sup> bekannt wurde. Auch auf Bocken oberhalb Horgen, in Oberhausen und Männedorf wurden Quellen genutzt, deren Status als Heilquellen jedoch umstritten war.<sup>23</sup>

Zürich selbst besass keine berühmten Mineralquellen, auch wenn sich einige Kuranstalten «in den näheren Umgebungen einen nicht unbedeutenden Ruf erworben»<sup>24</sup> hatten. So fand im Jahr 1773 die Wiedereröffnung eines Bades statt, dessen Wasser bereits im 16. Jahrhundert «bekannt und berühmt gewesen»<sup>25</sup> war.<sup>26</sup> Der Kaufbrief verweist darauf, dass das Wasser keinem Menschen verweigert werden solle. Im Haus wurden Bad- und Trinkkuren durchgeführt und geschöpft, die Bewirtung galt als gut. Besitzer des «Draht-Schmiedtleins», nahe des damals noch ausserhalb der Stadt liegenden Stampfenbachs war Caspar David von Hirslanden. Er hatte es erworben und kostspielig renoviert, nachdem das Bad länger nicht genutzt worden und fast schon in Vergessenheit geraten war. «Das Wasser fließt unten an dem Garten aus einem Felsen durch das ganze Jahr Chrystalllauter hervor, im Sommer eiskalt; im Winter aber lau, und führet Alaun, Salpeter, Schwefel, auch etwas Gold mit sich; es hat einen lieblichen Geschmack, und blehet nicht auf, wenn man gleich noch so viel davon trinkt: Seine durch die Erfahrung bestätigten Wirkungen sind, daß es die Haut von aller Unsauberkeit, Krätze und Ausschlag reiniget, die Glieder stärket, die Fisteln austroknet, auch bei der Schwindsucht, Gliedersucht, Schlagfluß,

---

<sup>21</sup> Ebd., S. 408.

<sup>22</sup> Ebd., S. 408.

<sup>23</sup> Der Balneograph Conrad Meyer-Ahrens bezeichnet die Quelle in Horgen als «wahrscheinlich auch nur gemeines Wasser». Siehe Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 397.

<sup>24</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 388.

<sup>25</sup> Moos, David von, Astronomisch-politisch-historisch- und kirchlicher Kalender für Zürich, Dritter Teil, Zürich 1777, S. 701.

<sup>26</sup> Zum Draht-Schmiedtlein vgl. ebd., S. 701 f.

und Podagra<sup>27</sup> vortrefliche Dienste leistet».<sup>28</sup> Auch eine auf der damaligen Insel neben der Wasserkirche, beim heutigen Helmhaus, «hervortretende kleine Wasserader wurde [...] oft als Gesundbrunnen aufgesucht und zu Trink- und Badezwecken verwendet».<sup>29</sup> Weitere Mineralquellen konnten in Wiedikon<sup>30</sup>, im Beckenhof sowie auf Landgütern in Oerlikon und Selnau aufgesucht werden. Eine Quelle auf dem Riedtli in Unterstrass wurde 1662 zu einem Medizinalbad mit diversen Kuranwendungen ausgebaut. Das «Röslibad», benannt nach dem ursprünglichen Besitzer Ulrich Rösli, war in erster Linie auf die Behandlung von Paralysen<sup>31</sup> sowie kariösen und skrofulösen<sup>32</sup> Geschwüren spezialisiert.<sup>33</sup> Zwar gehörte es zum Siechenhaus «Spanweid» und diente zur Behandlung von deren Patienten, wurde jedoch auch als öffentliche Badeanstalt genutzt. Darüber hinaus konnten dort von einer Kommission eingewiesene Arme unter ärztlicher Betreuung unentgeltlich bis zu mehrwöchigen Kuren nachgehen. Ausser diesen Bädern bestanden diverse Privatkliniken und Sanatorien, deren Hauptaugenmerk auf anderen Naturheilverfahren lag und die ergänzend auch Wasseranwendungen anboten. Besonders bekannt ist das 1904 gegründete Sanatorium «Lebendige Kraft» des Mediziners und Ernährungsreformers Max Bircher-Benner (1867–1939).

---

<sup>27</sup> Schwindsucht: Tuberkulose; Gliedersucht: Rheumatismus; Schlagfluss: Schlaganfall; Podagra: Gicht.

<sup>28</sup> Moos, D. von, Kalender, 1777, S. 702.

<sup>29</sup> Roth, H., Geschichte, 1951, S. 389. «Die Heilwirkung, sofern eine solche überhaupt eintrat, dürfte vorwiegend einer durch die Besonderheit des Ortes bewirkten Suggestion zuzuschreiben gewesen sein» (ebd., S. 389).

<sup>30</sup> «Der Canton besitzt eine einzige mineralische Quelle, die eisenhaltige bei Wiedikon. Nach einer Analyse soll sie an Gehalt dem Franzensbrunnen in Eger und dem Stahlbrunnen in Schwalbach nicht unähnlich sein» (Meyer von Knonau, Gerold, Historisch-geographisch-statistisches Gemälde der Schweiz. Der Canton Zürich, St. Gallen 1844, S. 123).

<sup>31</sup> Paralyse: Lähmung von Muskel- oder Nervengruppen.

<sup>32</sup> Mit «kariös» wird eine entzündliche Knochen- oder Zahnerkrankung bezeichnet, die im Falle der Knochenerkrankung meist tuberkulösen Ursprungs ist. Diese Diagnose konnte erst nach Einführung der Röntgendiagnostik gestellt werden. Mit «skrofulöse Geschwüre» werden Halsdrüsengeschwülste bezeichnet, die meist eine Folge von Hauttuberkulose sind.

<sup>33</sup> Das Röslibad wurde 1894 geschlossen.

## **Der Arzt Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872) und sein Buch über die Heilquellen und Kurorte der Schweiz (1860 und 1867)**

Während der Kuren hatten sich die Patienten an diverse allgemeine und kurortsspezifische Regeln zu halten. In seinem Werk zu Heilquellen und Kurorten der Schweiz beschreibt der Zürcher Arzt und Medizinhistoriker Conrad Meyer-Ahrens<sup>34</sup> diese ausführlich.<sup>35</sup>

Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872), Sohn des Fabrikanten und Stadtrats Hans Conrad Meyer, hatte in Zürich, Göttingen und Berlin Medizin studiert.<sup>36</sup> Nachdem er das Studium 1835 abgeschlossen hatte, kehrte er mit seiner Frau Wilhelmine, geborene Ahrens, nach Zürich zurück. Meyer-Ahrens eröffnete eine Praxis im Sihlfeld, litt jedoch unter dem Eindruck des sozialen Elends seiner Patienten. Da ihn zudem die praktische Arbeit nicht befriedigte, wandte er sich neben seiner Arztpraxis diversen weiteren Aufgaben zu. Im Bereich der Forschung widmete er sich insbesondere medizinhistorischen Studien,<sup>37</sup> der Epidemiologie und Balneologie. Im Jahr 1860 erschien sein Buch «Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz. In historischer, topographischer, chemischer und therapeutischer Beziehung geschil-

---

<sup>34</sup> Vgl. Historisches Lexikon der Schweiz. Hrsg. Stiftung Historisches Lexikon der Schweiz (HLS), Bd. 8, Basel 2008, S. 529, Artikel Meyer, Conrad (Nr. 28) von *Christoph Mörgeli*.

<sup>35</sup> Zu Kurregeln vgl. *Meyer-Ahrens, C.*, Heilquellen, 1860, S. 1 ff. *Helfft, H.*, Handbuch, 1855, S. 1 ff. Zu «Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz» vgl. *Djordje, I.*, Werk, 1975.

<sup>36</sup> Zur Biografie Conrad Meyer-Ahrens vgl. *Röthlisberger, Paul*, Der Zürcher Arzt Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872): Medizinhistoriker, Epidemiologe und Balneograph, in: *Gesnerus. Swiss Journal of the history of medicine and sciences*, Bd. 30, H. 3–4, [Basel] 1973, S. 122–142.

<sup>37</sup> Meyer-Ahrens befasste sich mit Medizingeschichte, um Erkenntnisse über die erfolgreiche Behandlung von Krankheiten zu gewinnen. Er wird von *Röthlisberger* als der bedeutendste Schweizer Medizinhistoriker des 19. Jahrhunderts bezeichnet. Zu einer seiner ersten historischen Untersuchungen vgl. *Meyer-Ahrens, Conrad*, Geschichtliche Notizen über das erste Auftreten der Lustseuche in der Schweiz und die gegen die weitere Ausbreitung der Krankheit in der Schweiz und namentlich im Canton Zürich getroffenen Maassregeln, nebst einigen Notizen über den Aussatz, Zürich 1841.

dert». Hierbei handelte es sich um einen umfassenden Bäderführer, in dem Meyer-Ahrens von Kurregeln über Mineralquellen, deren medizinischen Nutzen und deren Besitzer bis hin zu Unterbringungs- und Ausflugsmöglichkeiten alle Bereiche abzudecken versuchte.<sup>38</sup> Er nutzte es, um nicht nur die eigentlichen Kurorte, sondern auch diverse kleinere Bäder oder schöne Möglichkeiten für den Sommeraufenthalt zu beschreiben. So empfahl er zum Beispiel das Kurhaus «auf der Weid», nordöstlich vom damaligen Dorf Wipkingen, für die höheren Stände als einen der «beliebtesten Vergnügungsorte der Bewohner Zürichs und seiner Umgebungen».<sup>39</sup> Darüber hinaus versuchte Meyer-Ahrens den Besuch einiger Bäder wiederzubeleben, die seiner Ansicht nach zu Unrecht in Vergessenheit geraten waren. Zu diesen gehörte zum Beispiel das «innere Gyrenbad». Als Zielgruppe der Publikation sah Meyer-Ahrens insbesondere ausländische Kollegen, die ihren Patienten so Schweizer Kurorte besser empfehlen konnten. Seine Veröffentlichung basierte auf zwei Jahren Literaturstudien, der Besichtigung der Kurorte und dem Briefwechsel mit Kurärzten.

Sieben Jahre später, 1867, veröffentlichte er eine neu bearbeitete und erweiterte Ausgabe, in der er sich auch mit Heilquellen in den an die Schweiz angrenzenden Gegenden befasste sowie ausführlicher auf Kurregeln, die Wahl des Kurortes und Reiseliteratur einging.<sup>40</sup>

Zahlreiche weitere, auch medizinhistorische, balneologische Veröffentlichungen folgten. Erst durch Meyer-Ahrens wurde Davos in wissenschaftlichen Kreisen bekannt, und so wurde er im Jahr 1869 zum korrespondierenden Mitglied der Naturforschenden Gesellschaft des Kantons Graubünden ernannt.

---

<sup>38</sup> Meyer-Ahrens verweist dabei auf Gabriel Rüschi, ohne dessen Vorarbeit er sein Buch nicht hätte schreiben können. Vgl. Rüschi, *Gabriel*, Anleitung zu dem richtigen Gebrauche der Bade- und Trinkkuren überhaupt, mit besonderer Betrachtung der schweizerischen Mineralwasser und Badeanstalten, Ebnat 1826.

<sup>39</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 397.

<sup>40</sup> Vgl. Meyer-Ahrens, Conrad, Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz und einiger der Schweiz zunächst angrenzender Gegenden der Nachbarstaaten, Zweite umgearbeitete und sehr vermehrte Ausgabe, Zürich 1867.

## Kurregeln und medizinische Anweisungen

Zur erfolgreichen Durchführung einer Kur sollten Meyer-Ahrens zufolge die Patienten den Alltag hinter sich lassen und der «*modernen Hypercivilisation*»<sup>41</sup> entfliehen, da bei den «*Leiden, zu deren Heilung man Mineralwasser-, Molken-, Traubenkuren u. s. f. zu Hilfe zu nehmen pflegt, [...] das Herausreißen aus den gewöhnlichen Sorgen und Geschäften die Hälfte der Kur ausmacht*»<sup>42</sup>. Nicht nur die Flucht aus dem Alltag wurde als wichtig erachtet, sondern auch die Gesellschaft anderer Kurgäste. «*Nichts ist mehr zu vermeiden, als einsames Dahinbrüten.*»<sup>43</sup> Sollten Patienten dazu neigen, empfahl ihnen Meyer-Ahrens nur so lange in ihrem Zimmer zu bleiben, wie es unbedingt nötig sei. Bequeme oder zur Hypochondrie neigende Gäste sollten die Kur am besten gemeinsam mit einem Bekannten unternehmen, um sicherzustellen, dass sie beim Spaziergehen Gesellschaft hatten und sie jemand zur Teilnahme an der geselligen Unterhaltung ermuntere. Alleine zu essen, sollte ganz vermieden werden, da «*die Unterhaltung, die man an den gemeinsamen Tafeln durch Beobachtung und Konversation genießt, zu den Zerstreuungsmitteln gehört, die jedem Kuristen so nothwendig sind*».<sup>44</sup> Man sollte sich ganz dem «*dolce far niente*»<sup>45</sup> hingeben. Generell wurde empfohlen, das Wasser bei Trinkkuren ab sechs Uhr morgens zu trinken. Während des Trinkens sollten sich die Kranken durch ruhiges Umhergehen mässige Bewegung verschaffen.<sup>46</sup> «*Zum zweiten Glase schreite man erst, wenn das Gefühl von Sättigung oder Völle im Magen, das vom ersten Glase zurückblieb, verschwunden ist, und so wie man einen gewissen Widerwillen gegen das Wasser zu fühlen beginnt, so trinke man nichts mehr. Wer an Verdauungsbeschwerden leidet, mache Pausen von 20–30 Minuten und trinke nur 2–3 Gläser. Im All-*

---

<sup>41</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 2.

<sup>42</sup> Ebd., S. 1.

<sup>43</sup> Ebd., S. 10.

<sup>44</sup> Ebd., S. 14.

<sup>45</sup> Ebd., S. 10.

<sup>46</sup> Auf die Anweisung, sich beim Trinken zu bewegen, geht die Errichtung von Wandelhallen in Kuranstalten zurück.

OF 3512

4497



## Das beste Abführmittel

ist laut zahlreichen At-  
testen ärztl. Autoritäten  
das natürliche, in den  
meisten Spitälern offi-  
ziell eingeführte

# Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat keinen unange-  
nehmen Beigeschmack  
u. verursacht keine Be-  
schwerden. — Vielfach  
prämiert mit höchsten  
Auszeichnungen.

Erhältlich in Apo-  
theken und Mineral-  
wasserhandlungen.

Abb. 2: Werbung (Der Landbote, 7. Mai 1901, zweites Blatt) für das Bitterwasser aus Birmenstorf (Kanton Aargau), das ab etwa 1842 vertrieben wurde und in Apotheken und Mineralwasserhandlungen erhältlich war und das (gemäss Werbetext) auch in den «meisten Spitälern offiziell» als Abführmittel eingesetzt wurde.



*gemeinen steigt man allmählich zu einer größeren Zahl von Gläsern, und bleibt bei der Zahl, die man gut verträgt, stehen.»<sup>47</sup>*

Wurden die kalten Mineralwässer nicht vertragen, war es erlaubt, diese mit lauwarmer Milch zu vermischen. Konnte hingegen jemand die verordnete Wassermenge in der dafür vorgesehenen Zeit nicht trinken, wurde geraten, die fehlenden Gläser bis spätestens sechs Uhr nachmittags nachzuholen.

Um 1850 begann die Reduzierung der Badezeit bei den Kuren, während die Trinkmenge bei den Trinkkuren erhöht wurde.<sup>48</sup> So umfasste eine Tagesration damals bis zu mehrere Liter. Kam es daher während mehrwöchiger Kuren zu Diarrhö, Erbrechen und Gastritis-symptomen, wurde dies von Ärzten nicht selten als erstes Zeichen der Besserung gesehen. Die empfohlene Trinkmenge und -temperatur variierte dabei je nach Krankheit, Kurort und Mineralwasser sowie Überzeugung des Arztes. Während der Kur wurde Bewegung empfohlen, insbesondere das Billardspiel, aber in gemässiger Form auch Spaziergänge, Reiten oder Tanz. Zudem betonte Meyer-Ahrens, dass auf eine strenge Diät geachtet werden solle. Schliesslich sei es unerlässlich, Mass zu halten und leichtverdaulich zu essen, weil bereits die Verdauung des Mineralwassers anstrengend sei. Andererseits dürfe kein Hunger aufkommen, und es sollten daher auch zwischen den Hauptmahlzeiten kleine Zwischenmahlzeiten eingenommen werden. Nahrungsmittel, die nach damaliger Ansicht nicht zu einer Mineralwasserkur passten, sollten jedoch vermieden werden. Dazu gehörten beispielsweise Salate, frische Früchte, sehr fettes Fleisch, verschiedene Fische, bestimmte Nüsse, fette Mehlspeisen, Pudding und Pasteten, junger Käse und Roggenbrot. Doch waren die Ärzte verschiedener Ansicht, welches Essen angebracht sei, insbesondere im Hinblick auf die Verträglichkeit frischer Früchte. Kaffee, Tee und Schokolade durften getrunken werden – während der Mahlzeiten auch ein guter

---

<sup>47</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 18.

<sup>48</sup> Zu Trinkmengen bei Kuren vgl. Treichler, Hans Peter, Molken, Milch und Traubenberge. Neue Ansätze im Kurwesen, in: Graf, Felix/Wolff, Eberhard (Hrsg.), Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 49–51, hier S. 49.



Wein sowie Bier und ab und zu auch ein Gläschen Xeres<sup>49</sup>, Madeira oder Malaga. Liköre<sup>50</sup>, Kirschwasser, Rum, Cognac u.ä. sollten hingegen streng gemieden werden. Ebenso «Kohlensäure haltige Wasser, deren Genuß zur Mode geworden ist, sollte man während der Mahlzeiten nicht trinken, da die Verdauung dadurch gestört wird».<sup>51</sup> Ansonsten richtete sich die Auswahl der Nahrungsmittel nach den behandelten Krankheiten: Patienten, die an Erschöpfung litten, sollten eine nahrhafte, kräftige Fleischkost zu sich nehmen, kräftige, wohlgenährte Patienten eher Gemüse essen. Viele Kranke scheinen die Kur jedoch eher als generelle Gelegenheit zum Schlemmen genutzt zu haben und so grosse Mengen «der ausgesuchtesten und den Gaumen kitzelnden Gerichte [...] und die heterogensten und schwerverdaulichsten Speisen»<sup>52</sup> gegessen zu haben, dass sie nach der Kur in schlechterem Zustand waren als zuvor.

Vielfach wurde im Anschluss an die Kur zu einer sogenannten Nachkur geraten. Vor der Kur hatten einige Kurgäste zudem bereits Vorbereitungskuren abgeschlossen. Auch wenn keine Nachkur angewandt wurde, erfolgte stets der Ratschlag an die Patienten, sich nach Kurende nur langsam wieder in den Alltag zurückzugeben und weiterhin auf eine gesunde Lebensweise zu achten. Die Kuraufenthalte wurden, insbesondere sofern zusätzlich eine Vor- und Nachkur angewandt wurde, mit grossem zeitlichem und auch finanziellem Aufwand betrieben.

---

<sup>49</sup> Xeres, ein Sherry. Der Name bezieht sich auf Jerez de la Frontera, eine Stadt in der spanischen Region Andalusien nahe der Costa de la Luz, der Heimatstadt des berühmten Sherry, der auf Spanisch «(vino) Jerez» heisst.

<sup>50</sup> Liköre sind aromatische Spirituosen mit hohem Zuckergehalt (>100 g/l) bei einem Alkoholgehalt von 15–40 Volumenprozent.

<sup>51</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 13.

<sup>52</sup> Ebd., S. 12.

## Keine Kur ohne ärztliche Beratung; Balneologie als Teil der Schulmedizin

Patientinnen wurde von einer Kur während der Menstruation abgeraten. Diese *«ist zwar allerdings ein physiologischer Akt, aber der Körper ist doch während dieser Periode empfindlicher für alle Einwirkungen [...]. Nur in dieser Beziehung sehr unempfindliche Personen dürfen es allenfalls versuchen, die Trinkkur fortzusetzen»*.<sup>53</sup> Schwangerschaft oder Stillen wurden hingegen weniger als Kurhindernis betrachtet: *«Das Säugungsgeschäft schliesst eine derartige Kur nicht aus [...]. Selbst die Schwangerschaft ist keine Contraindication, nur ist eine besondere Aufmersamkeit vonnöthen [...]. In Betreff des innerlichen Gebrauchs der Mineralwasser ist nur in den ersten Monaten mit Vorsicht zu verfahren, wo eine grössere Neigung zum Abortus stattfindet, und sind zumal solche zu meiden, die specifisch auf die Geschlechtsorgane wirken.»*<sup>54</sup> In jedem Fall wurde zu einer kürzeren Kurdauer geraten sowie dazu, geringere Wassermengen zu trinken.

Meyer-Ahrens betonte, dass keine Kur ohne ärztliche Beratung unternommen werden sollte, weil er befürchtete, die Patienten könnten durch die falsche Anwendung einer Mineralwasserkur Schaden davontragen. Dies war allgemeine Ansicht *«bei der Verordnung eines Mineralwassers, eines so tief in den Organismus eingreifenden Heilagens. Brunnenkuren werden daher unter der Leitung eines gediegenen und umsichtigen Praktikers den unschätzbaren Werth erlangen, der sie berechtigt, die erste Stelle unter allen Mitteln der gesamten Materia medica einzunehmen»*.<sup>55</sup> Würde es falsch verschrieben, könne es bei schweren Krankheiten nicht nur unwirksam sein, sondern sogar den Krankheitsverlauf hin zum tödlichen Ende beschleunigen. Daher wurde auch die wissenschaftliche Überprüfung der Wirkung als besonders wichtig betrachtet und Kurratgeber widmeten sich in aller Ausführlichkeit den klimatischen Verhältnissen und chemischen Zusammensetzungen der verschiedenen

---

<sup>53</sup> Meyer-Ahrens, C., Heilquellen, 1860, S. 18.

<sup>54</sup> Helfft, H.: Handbuch, 1855, S. 15 f.

<sup>55</sup> Ebd., S. 1.

Quellen, die in Kategorien wie «stärkend», «schwächend» und «reizend» unterteilt wurden.<sup>56</sup>

Die Analyse von Mineralquellen, die im 16. Jahrhundert begonnen hatte, galt noch lange als eine der schwierigsten Aufgaben in der Chemie, da die Quantität der diversen Bestandteile gering und diese sich zum Teil sehr ähnlich waren.<sup>57</sup> Hauptziel der Analyse war die Verbesserung der Nutzung der erstmals genau nachgewiesenen Mineralien und Spurenelemente, denen starke Wirkungen zugeschrieben wurden. Darüber hinaus spielte die künstliche Herstellung von Mineralwasser und die Werbung für Kuren eine wichtige Rolle.<sup>58</sup> Denn selbst wenn keine Verbindung zwischen der chemischen Zusammensetzung und den erhofften Wirkungen nachgewiesen werden konnte, garantierte die bloße Existenz einer Analyse eine gesteigerte Glaubwürdigkeit. Analysen wurden oft von Apothekern durchgeführt, die auch Mineralwässer auf Rezept verkauften.<sup>59</sup> Diese wurden dann für Kuren bei den Patienten zu Hause eingesetzt. Meyer-Ahrens war jedoch der Überzeugung, dass eine solche Mineralwasserkur nicht erfolgreich sein konnte.

Die starke Nutzung von Kuren ging im 19. Jahrhundert auch mit einem Aufschwung der Balneologie als eine medizinische Wissenschaft einher. So fiel in diese Zeit die Förderung der Balneologie

---

<sup>56</sup> Zu den «Indikationen der einzelnen Mineralwasserklassen» vgl. Keller, H., Balneologie der Schweiz, in: Schweiz. Gesellschaft für Balneologie und Klimatologie (Hrsg.), Bäder und Kurorte der Schweiz. Schweizerisches Bäderbuch, Zürich 1918, S. 20–52, hier S. 48 ff.

<sup>57</sup> Zur medizinisch-pharmazeutischen Entwicklung vgl. Binz Nocco, P., Mineralwasser, 2008. Zur chemischen Entwicklung und Analyse von Mineralwasser vgl. Coley, Noel G., Physicians, Chemists and the Analysis of Mineral Waters, in: Wellcome Institute for the History of Medicine (Hrsg.), The Medical History of Waters and Spas, Supplement No. 10, London, 1990, S. 56–66. In der Schweiz untersuchte der Mediziner Conrad Gessner (1516–1565) bereits im 16. Jahrhundert diverse Mineralquellen. Er befasste sich z. B. mit dem Wengibad in Äugst.

<sup>58</sup> Zur Werbung von Kurorten vgl. Křížek, V., Kulturgeschichte, 1990, S. 153 ff.

<sup>59</sup> So verkauften in Zürich z. B. die Apotheker Diethelm Lavater II (1781–1846) und sein Sohn Johannes Lavater-Hirzel (1812–1888) Mineralwasser. Das bekannteste Mineralwasserunternehmen wurde das von Jacob Schweppe (1740–1821), Gründung in Genf 1780.

durch die Schweizerische Naturforschende Gesellschaft. Universitätsstädte wie Zürich bauten ihre Medizinausbildung entsprechend aus. Dort wurde im Jahr 1901 eine Assistenzarztstelle für Hydrotherapie und physikalische Heilmethoden am Kantonsspital besetzt.<sup>60</sup> Darüber hinaus wurde 1906 eine ausserordentliche Professur für physikalische Therapie eingerichtet, zu deren Ausstattung das «Mühlebachbad» gemietet wurde.<sup>61</sup> Somit war am Beginn des 20. Jahrhunderts die Balneologie in Wissenschaft und Schulmedizin angekommen.

---

<sup>60</sup> Zur Entwicklung der Balneologie als Wissenschaft in Zürich vgl. Böni, A., Geschichte des Instituts für physikalische Therapie, in: Regierungsrat Zürich (Hrsg.), Zürcher Spitalgeschichte, Band 2, Zürich 1951, S. 477–502.

<sup>61</sup> Gegründet wurde das Bad 1862. Es fungierte auch unter dem Namen «Dr. Stockersche Bad- und Wasserheilanstalt». Vgl. [Dürst, Matthias:] Gang dur Züri. Ehemalige Bad- und Wasserheilanstalt Eisengasse 70. Auf: [http://www.alt-zueri.ch/turicum/strassen/e/eisengasse/eisengasse\\_bad\\_wasserheilanstalt.html](http://www.alt-zueri.ch/turicum/strassen/e/eisengasse/eisengasse_bad_wasserheilanstalt.html), besucht am 13.03.2016. Die Besitzerin Louise Stocker warb 1896 per Anzeige für ihr Haus: «Die Unterzeichnete beehrt sich hiermit, den Herren Aerzten und einem wertgeschätzten Publikum ihr altrenommiertes Etablissement Bad- und Wasserheilanstalt, verbunden mit Pension und versehen mit den neuesten Einrichtungen, in geeignete Erinnerung zu bringen. [...] Grosse geräumige Kachelbäder mit Douchen für gewöhnlichen Gebrauch, dazu eigenes Quellwasser. [...] Fliessende Sitz- und Fussbäder, Wellenbäder. – Regulirbare Douchen für Magen, Unterleib etc. – Halbbäder, Wickelungen, Abreibungen, Massage. Aecht russische Dampfbäder [...]. Auch alle wünschbaren gemischten Bäder, wie z.B. Schwefel, Jodbrom, Stahl, Seife, Salz, Sole, Moorsalz, Moorerde, Fichtennadel, Eichenrinde, Kleie, Haberstroh, Kräuter, Kamillen, Schafgarben etc. [...] Elektrizität und Massage, sowie medicamentöse Therapie können nach Vorschrift der Herren Aerzte ebenfalls in den dafür bestimmten Lokalen der Anstalt vollzogen werden. [...] Der Preis für Logis und Pension beträgt 5 bis 6 SFr. per Tag, je nach Zimmer. Für Rekonvalescenten bietet der zur Kuranstalt gehörende Garten in der besseren Jahreszeit einen angenehmen Aufenthaltsort. [...] Freundliche Zimmer, mässige Preise, gute Bedienung zugesichert.» (Zit. nach ebd.) Das Bad befand sich bereits zum Zeitpunkt der Übernahme und Institutsgründung in einem solch schlechten Zustand, dass nach einigen Jahren mit der ehemaligen Fabrik «Magenta» ein neues Gebäude für das «Universitäts-Institut für physikalische Heilmethoden» zur Verfügung gestellt wurde. Auch der Zustand des «Magenta» war jedoch baufällig und ungeeignet und daher nur als provisorische Lösung geplant. Diese bestand dennoch bis 1948.

## Literatur- und Quellenangaben:

*Averbeck, Hubertus*, Von der Kaltwasserkur bis zur physikalischen Therapie. Betrachtungen zu Personen und zur Zeit der wichtigsten Entwicklungen im 19. Jahrhundert, Bremen 2012.

*Binz Nocco, Priska*, Mineralwasser als Heilmittel. Medizinisch-pharmazeutische Aspekte im 19. und frühen 20. Jahrhundert unter besonderer Berücksichtigung des Kantons Tessin, Liebefeld 2008.

*Böni, A.*, Geschichte des Instituts für physikalische Therapie, in: Regierungsrat Zürich (Hrsg.), Zürcher Spitalgeschichte, Band 2, Zürich 1951, S. 477–502.

*Coley, Noel G.*, Physicians, Chemists and the Analysis of Mineral Waters, in: Wellcome Institute for the History of Medicine (Hrsg.), The Medical History of Waters and Spas, Supplement No. 10, London, 1990, S. 56–66.

*Diethelm, Silvio*, Affoltern am Albis, in: Historisches Lexikon der Schweiz, auf: <http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D2.php>, besucht am 23.03.2016.

*Djordje, Ilic*, Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872) und sein Werk über die Heilquellen und Kurorte der Schweiz. Inaugural-Dissertation zur Erlangung der Doktorwürde der Zahnheilkunde der Medizinischen Fakultät der Universität Zürich, Zürich 1975.

[*Dürst, Matthias*,] Gang dur Züri. Die Thermengasse, auf: <http://www.alt-zueri.ch/turicum/strassen/t/thermengasse/thermengasse.html>, besucht am 14.03.2016.

[*Dürst, Matthias*,] Gang dur Züri. Ehemalige Bad- und Wasserheilanstalt Eisengasse 70, auf: [http://www.alt-zueri.ch/turicum/strassen/e/eisengasse/eisengasse\\_bad\\_wasserheilanstalt.html](http://www.alt-zueri.ch/turicum/strassen/e/eisengasse/eisengasse_bad_wasserheilanstalt.html), besucht am 13.03.2016.

*Graf, Felix*, «Wasser tuts freilich ...» Hydrotherapie im Wasserschloss Europas, in: Graf, Felix/Wolff, Eberhard (Hrsg.), Zauber Berge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 99–103.

*Gutenbrunner, Christoph/Hildebrandt, Gunther*, Handbuch der Heilwasser-Trinkkuren: Theorie und Praxis, Stuttgart 1994.

*Helfft, H[ermann]*, Handbuch der Balneotherapie. Praktischer Leitfaden bei Verordnung der Mineral-Brunnen und -Bäder sowie des Seebades, Berlin 1855.

*Hlade, Josef L.*, Auf Kur und Diät mit Wagner, Kapp und Nietzsche. Wasserdoktoren, Vegetarier und das kulturelle Leben im 19. Jahrhundert: Von der Naturheilkunde zur Lebensreform, Stuttgart 2015.

*Keller, H.*, Balneologie der Schweiz, in: Schweiz. Gesellschaft für Balneologie und Klimatologie (Hrsg.), Bäder und Kurorte der Schweiz. Schweizerisches Bäderbuch, Zürich 1918, S. 20–52.

*Křížek, Vladimír*, Kulturgeschichte des Heilbades, Leipzig 1990.

*Lersch, B. M.*, Einleitung in die Mineralquellenlehre. Ein Handbuch für Chemiker und Ärzte, Erlangen 1857, S. 1001.

*Leu, Urs B.*, Conrad Gessner (1515–1565), Universalgelehrter und Naturforscher der Renaissance, Zürich 2016.

*Meyer-Ahrens, Conrad*, Geschichtliche Notizen über das erste Auftreten der Lustseuche in der Schweiz und die gegen die weitere Ausbreitung der Krankheit in der Schweiz und namentlich im Canton Zürich getroffenen Maassregeln, nebst einigen Notizen über den Aussatz, Zürich 1841.

*Meyer-Ahrens, Conrad*, Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz. In historischer, topographischer, chemischer und therapeutischer Beziehung geschildert, Zürich 1860.

*Meyer-Ahrens, Conrad*, Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz und einiger der Schweiz zunächst angrenzender Gegenden der Nachbarstaaten. Zweite umgearbeitete und sehr vermehrte Ausgabe, Zürich 1867.

*Meyer von Knonau, Gerold*, Historisch-geographisch-statistisches Gemälde der Schweiz. Der Canton Zürich, St. Gallen 1844.

*Mörgeli, Christoph*, Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872), in: Historisches Lexikon der Schweiz, Bd. 8, Basel 2008, S. 529.

*Moos, David von*, Astronomisch-politisch-historisch- und kirchlicher Kalender für Zürich, Dritter Teil, Zürich 1777.

*Peter, Peter*, Kulturgeschichte der deutschen Küche, München 2008.

*Röthlisberger, Paul*, Der Zürcher Arzt Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872): Medizinhistoriker, Epidemiologe und Balneograph, in: Gesnerus. Swiss Journal of the history of medicine and sciences, Bd. 30, H. 3–4, [Basel] 1973, S. 122–142.

*Roth, H.*, Geschichte der übrigen öffentlichen und privaten Krankenanstalten im Kanton Zürich, in: Regierungsrat Zürich (Hrsg.), Zürcher Spitalgeschichte, Band 1, Zürich 1951, S. 375–422.

*Rüsch, Gabriel*, Anleitung zu dem richtigen Gebrauche der Bade- und Trinkcuren überhaupt, mit besonderer Betrachtung der schweizerischen Mineralwasser und Badeanstalten, Ebnat 1826.

*Treichler, Hans Peter*, Molken, Milch und Traubenberge. Neue Ansätze im Kurwesen, in: Graf, Felix / Wolff, Eberhard (Hrsg.), Zauber Berge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 49–51.