

Johann Schroth (1798–1856) – Gründer der Schroth-Kur

Jürgen Rohde

Mahlow, Deutschland

Schlüsselwörter

Johann Schroth · Schroth-Kur · Dunstpackung · Hungern · Dürsten

Zusammenfassung

Der Fuhrmann Johann Schroth (1798–1856) aus Lindewiese war Schulkamerad von Vinzenz Priessnitz (1799–1851) und erfand nach der Kaltwasserkur von Priessnitz eine gegensätzliche Kur mit Dürsten, Fasten und feuchtwarmer Packung (ab 1839). Schroth wurde längst nicht so berühmt wie Priessnitz, aber er heilte ebenfalls viele Patienten und hatte einen guten Ruf. Zahlreiche Patienten, die bei Priessnitz nicht geheilt wurden, gingen zu den Konkurrenten Johann Schroth oder Joseph Weiss (1795–1847) in Freiwalddau. Da seine Kur etwas völlig Neues war und besonders über die Ernährung wirkte, wurde sie als Diät-Kur bezeichnet und wird heute noch durchgeführt. Schroth erzielte mit seiner Diät-Kur gute Erfolge bei der Heilung seiner Patienten, und die neue Behandlungsweise war der Grund dafür, dass Lorenz Gleich (1798–1865) als neue Bezeichnung den Begriff Naturheilkunde neben der Hydrotherapie prägte. Schroth aus Lindewiese gehörte zu den Wasserheilern Vinzenz Priessnitz (Gräfenberg) und Dr. Joseph Weiss (Freiwalddau) aus dem damaligen kaiserlich-königlichen Österreich-Schlesien.

Keywords

Johann Schroth · Schroth regimen · Wet warm packs · Fasting · Thirsting

Summary

Johann Schroth (1798–1856) – Founder of the Schroth Regimen

The carter Johann Schroth (1798–1856) from Lindewiese, a schoolmate of Vinzenz Priessnitz (1799–1851), devised a regimen that in contrast to Priessnitz' preceding cold water treatment involved thirsting, fasting, and wet warm packs (as of 1839). Schroth never became as well-known as Priessnitz; however, he cured numerous patients and enjoyed a good reputation. Several patients whose condition did not improve with Priessnitz' methods left in favour of his competitors Johann Schroth or

Joseph Weiss (1795–1847) in Freiwalddau. Since his regimen was something completely new and as its effect was based on a particular diet, it became known as the diet regimen which is still administered today. Schroth's diet regimen successfully contributed to the recovery of his patients, and the new treatment was the reason that Lorenz Gleich (1798–1865) established the term complementary medicine in addition to hydrotherapy. Schroth (Lindewiese) belonged to the hydrotherapists Vinzenz Priessnitz (Graefenberg) and Dr. Joseph Weiss (Freiwalddau) from former Austria-Silesia.

Mots-clés

Johann Schroth · Cure de Schroth · Bain de vapeur · Jeûne · Diète sèche

Résumé

Johann Schroth (1798–1856) – Fondateur de la cure de Schroth

Le charretier Johann Schroth (1798–1856), originaire de Lipová-lázně, fut le camarade de classe de Vinzenz Priessnitz (1799–1851). Il s'inspira de la cure par l'eau froide imaginée par ce dernier pour mettre au point une cure se basant à l'inverse sur une diète sèche, un jeûne et des bains de vapeur (à partir de 1839). Pendant longtemps, Schroth ne fut pas aussi célèbre que Priessnitz. Cependant, il guérit lui aussi de nombreux patients et acquit une bonne réputation. De nombreux patients que les cures de Priessnitz n'avaient pas guéris se dirigèrent vers ses concurrents, Johann Schroth ou Joseph Weiss (1795–1847) à Jeseník. Comme la cure de Schroth était une nouveauté absolue et se basait en particulier sur l'alimentation, elle était désignée comme une cure de jeûne. On l'utilise encore aujourd'hui. Schroth obtint avec elle de bons résultats sur ses patients. Cette nouvelle forme de traitement fut la raison pour laquelle Lorenz Gleich (1798–1865) proposa le terme de «naturothérapie» qui vint s'ajouter à celui d'hydrothérapie. Schroth, originaire de Lipová-lázně, était rattaché aux hydrothérapeutes Vinzenz Priessnitz (Gräfenberg) et Dr. Joseph Weiss (Jeseník) issus de l'ancien empire royal de l'Autriche silésienne.

Einleitung

In Lindewiese, einem Nachbarort von Gräfenberg (Österreichisch-Schlesien), lebte der Fuhrmann Johann Schroth (Abb. 1, 2). Er war ein Schulkamerad von Vinzenz Priessnitz (1799–1851), dem «Vater der Naturheilkunde». Schroth baute ebenfalls eine naturheilkundliche Heilanstalt auf, aber seine Heilmethode war der von Priessnitz genau entgegengesetzt. Er wandte trockene Wärme sowie Trocken- und Trinktage an und war somit ein Gegenspieler von Priessnitz. Seine Anhänger nannten sich «die Schrothianer» oder «Diätetiker». Schroth leitete sein Heilsystem ab von den Beobachtungen an seinen Pferden, dass sie durch Dürsten, Fasten und Ruhe schneller wieder gesund wurden als stark getränkte, schwitzende Pferde. Mit dem Auftreten von Schroth machte sich eine «Morgendämmerung» der Diät bemerkbar. Es waren uralte Heilmethoden der Askese, jedoch etwas völlig anderes als das, was man von Priessnitz her kannte. Im Volke nannte man die Kur «Semmelkur» [1]. Das Heilsystem hat sich bis heute erhalten – und so auch dessen Anhänger [2].

Biografie

Johann Schroth wurde am 11. Februar 1798 in Böhmischdorf bei Freiwaldau, am Fusse des Gräfenberges, geboren und starb am 26. März 1856 an einem organischen Herzleiden. Er besuchte mit Priessnitz zusammen die Dorfschule in Freiwaldau. Schroth erbt die Landwirtschaft vom Vater und betrieb nebenher noch ein Fuhrgeschäft.

Sein Heilsystem leitete sich von Natur- und Tierbeobachtungen ab. Er erkannte, dass angeschossenes Wild sich im Dickicht gesund hungert und Pferde durch Fasten und

Dürsten bei Ruhe schneller gesunden. Eine 1817 von einem Pferd beigebrachte Knieverletzung heilte er durch feuchtwarme Umschläge aus [3]. Nicht gebesserte Patienten kamen von Priessnitz, und er wandte das Dürsten und Fasten mit Erfolg bei diesen Patienten an.

Zu seiner Krankheitslehre und zum Zweck seiner Kur diktierte Schroth Grafenfeld [4] um 1840 folgende Meinung, «dass bei chronischen Krankheiten die Ursache in schlechten Verdauungswerkzeugen und in den verdorbenen Flüssigkeiten des Körpers zu suchen sei». Zweck der Kur sei «dementsprechend die Hinwegschaftung der Krankheitsursache, nämlich die Reinigung und Stärkung der Verdauungswerkzeuge, dann die Reinigung des Blutes und der Säfte. Die Mittel hierzu sind: eine abnorm gesteigerte Erwärmung des inneren Körpers mit Schwitzen oder Dünsten durch Umschläge und eine nach Massgabe der Krankheit oder mit Rücksicht auf Alter und Körper-Constitution des Kranken berechnete Diät.» Schroth sagte: «Ohne Reinigung keine Heilung.»

Cybulka [5], praktischer Arzt, der Schroth um 1845 ein Jahr lang bei seinen Krankenbesuchen begleitete, schrieb über das Ziel der Kur einen Ausspruch von Schroth auf: «Alle meine Anordnungen zielen dahin ab, der Naturheilkraft die Oberhand zu verschaffen, meine Diät soll den Zutritt neuer Hindernisse ihres Heilstrebens verwehren und die Umschläge sollen die Naturselbsthilfe so einfach und sanft als möglich unterstützen.» Sehr ähnliche Gedanken zu seiner Krankheitslehre hatte Priessnitz in seinem «Vinzenz Priessnitz'schen Familien-Wasserbuch», das er 1847 seiner Tochter Sophie diktierte [6].

Schroth hatte sich um die Schwester von Priessnitz bemüht und einen Korb bekommen. Die schlechte Stimmung

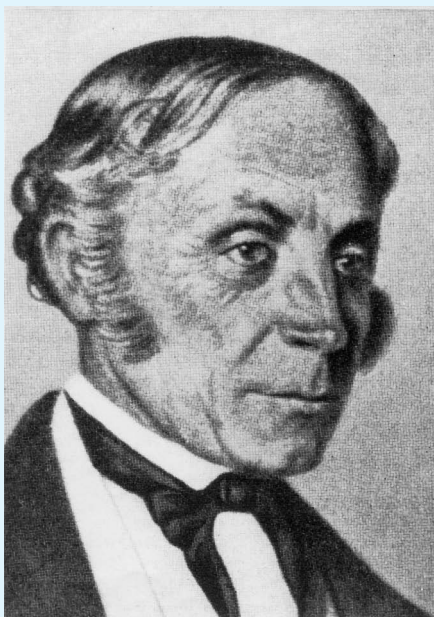


Abb. 1. Porträt von Johann Schroth (aus [2], p 144).



Abb. 2. Porträt von Johann Schroth aus Lindewiese (aus [57]).

Tab. 1. Zahl der Kurpatienten bei Priessnitz und Schroth [6]

Jahr	Priessnitz	Schroth
1838	753	17
1839	1700 ^a	92
1840	1392	88
1841	1304	77
1842	1182	85
1843	1050	84
1844	1080	70
1845	1004	57
1846	1020	128
1847	1043	101
1848	857	65
1849	883	71
1850	1350	175
1851	1128	143

^aDarunter 120 Ärzte.

und Konkurrenz zwischen beiden wurde immer grösser. Schroth wurde der Kurpfuscherei angeklagt, genau wie Priessnitz, und er war auch kurz im Gefängnis.

1839 nahm Schroth Kurgäste bei sich auf. 1840 waren es 88 und 1841 waren es 77 Patienten – zu einer Zeit, als bei Priessnitz schon mehr als 1200 Kranke kurten (Tab. 1). Schroth hatte nur 6–13% der Patientenzahl von Priessnitz. Wenn Patienten bei Priessnitz die Kur abbrachen, z.B. weil sie unzufrieden waren oder Gräfenberg verlassen mussten, so gingen sie zu Konkurrenzunternehmen in der Nähe, z.B. zur Weiss'schen Kaltwasseranstalt in Freiwaldau oder zu Schroth in Lindewiese [7]. Priessnitz nahm die Patienten, die von Schroth (von der Semmel- oder Hungerkur) kamen, in der Regel nicht wieder auf. Meistens sagte er: «Mit einem durch Hungern und Dürsten herabgekommenen Menschen kann ich nichts anfangen. ... Kommen Sie nach 6–12 Monaten wieder, bis Sie sich daheim wieder etwas erholt haben» [8]. Priessnitz war angeblich ein eingeschworener Feind von Schroth und nannte ihn nach Grafenfeld [4] «einen versoffenen Soldaten, Narren und Betrüger». Er warnte angeblich seine Kurgäste vor Schroth wie vor der Pest. Der Weinkonsum war in Lindewiese erheblich, gehörte aber auch zur Kur. Die Schroth-Anhänger wiederum kritisierten Priessnitz [7].

1840 bekam Schroth die öffentliche Genehmigung für seine Kuranstalt, unter der Oberaufsicht von Dr. Chrobak, wie bei Priessnitz und Weiss. Hochstehende, leidende adlige Patienten, die bei Schroth gesund wurden, erregten ein grosses Aufsehen. Die Besucherzahl nahm jedoch erst nach dem Tod von Priessnitz 1851 zu, obwohl Dr. Chrobak, Kreisarzt von Troppau, in seinen Relationen von 1840 schrieb: «Doch besitzt Schroth durchaus keine Eigenschaft, die erwarten liesse, dass er jemals eine wichtige Rolle spielen werde ... hat Schroth offenbar nur aus Gewinnsucht und nicht aus innerem Drange sich diesem neuen Gewerbezugewendet» [9]. «Die üble Nachrede sagt von ihm, er habe dem Alkohol übermässig zugesprochen» [2].

A.C. Fr. (aus Dänemark) [10] schrieb 1842 im *Wasserfreund*:

«In Gräfenberg ... wird die Schrothische Wasserheilmethode nur mit Verachtung erwähnt oder sie wird als eine Lächerlichkeit dargestellt; oder als eine Cur, die auf die Gesundheit nur zerstörend einwirken kann. ... Dann heisst's, dass Schroth bald hier bald dort betrunken gefunden wird, obgleich seine Patienten, die ihn täglich sehen, nichts davon wissen ... und in Lindewiese selbst ist es nie bestätigt gefunden. ... Die Hauptbeschuldigung gegen die Schrothische Cur (ist,) dass die Krankheit, wenn sie auch unter der Cur verschwinden sollte, diese doch sehr kurz nach der beendigten Cur sich wieder zeigen soll. ... Befragt man dagegen die Einwohner von Freiwaldau, Lindewiese oder der sonstigen Umgegend, da sprechen Alle ... nur Rühmlisches von Schroth.» (Autor ist wahrscheinlich der Erfurter Arzt Dr. Frank Bicking; siehe auch [11, 12].)

Die Schroth-Kur

Die Schroth-Kur (siehe [13]) setzt sich im Wesentlichen zusammen aus der Schroth'schen Kurpackung und der Diät-Kur. Die *Kurpackung* ist eine kalte Ganzpackung, in der sich der Patient erwärmen und zum Schwitzen gebracht werden soll. Zu Schroths Zeiten wurde die Packung abends angelegt und wirkte meistens die ganze Nacht. Heutzutage wird der Patient morgens eingepackt, weil es wichtig ist, dass der Körper gut durchwärmt ist. Die Packung sollte mindestens 2 h angewendet werden und besitzt zeitlich eigentlich nach oben keine Grenzen, vorausgesetzt, dass sich der Patient wohlfühlt. Schroths Wahlspruch zur feuchten Wärme war: «Wie Brod und Wein wächst Fleisch und Bein in feuchter Wärme» [14].

Die *Kurdiät* besteht aus einer mit Gemüse, Salaten und Fruchtsäften ergänzten kohlenhydratreichen Reduktionskost von 500–600 kcal. Es sind im Einzelnen fett- und kochsalzfreie Gemüsesuppen sowie Kurbrot, bestehend aus Zwieback, Knäcke- und Vollkornbrot. An Getränken werden Kurwein (von Schroth noch eingeführt), Fruchtsäfte, Tees und Mineralwasser gegeben. Je nach Menge der Getränke unterscheidet man Trink- und Trockentage.

Im Laufe der Zeit wurde die Kur nach Schroth an den modernen Wissensstand angepasst. Ein Wochenkurplan sieht z.B. in Oberstauen folgendermassen aus: 1. und 2. Tag = kleiner Trinktag, 3. Tag = Trockentag, 4. Tag = grosser Trinktag, 5. Tag = Trocken- und Ruhetag, 6. Tag = kleiner Trinktag und 7. Tag = grosser Trinktag. Die Schroth'sche Schwitzpackung wurde immer beibehalten.

Die Kur besteht aus:

- Diät (eiweiss-, fett- bis kochsalzfreie bzw. -arme, reine Kohlenhydraternährung);
- Wechsel von Trocken-/Durst- und Trinktagen;
- feuchte Schroth'sche Dreiviertel- oder Ganzpackung [15].

Vanoni [1], Naturarzt, besprach 1864 in seinem Büchlein die Schroth'sche Therapie bei Fieber (Typhus), Cholera,

Gicht, Rheumatismus, Hämorrhoiden, Lähmung, Pocken, Masern und Scharlach.

Schroth sagte zur Kurpackung: «Er heile durch feuchte Wärme, die allgemein auflösend und belebend wirke, worin alle Tätigkeiten des Pflanzen- und Tierreiches entständen und vor sich gingen. Die feuchte Wärme durchdringe den Körper und erwecke seine Heiltätigkeit.» Dadurch lösten sich die Krankheitsstoffe und gelangten zur Ausscheidung. Voraussetzung sei, dass der Kranke eine für «die Wirkung noch ausreichende Lebenskraft besitze». Durch die Packung geschehe «eine Anregung zur Heilung, welche der Körper fortsetze, indem er seine eigenen Heilkräfte in derselben Richtung entwickle» [16].

Man versuchte, die «Wasserkur» von Priessnitz und die «Sammelkur» von Schroth einander anzunähern: «Schroth und Priessnitz sind dem Geiste nach Eins und nach meinen vieljährigen, praktischen Erfahrungen und Beobachtungen müssen die beiden Methoden häufig bei einzelnen Individuen verbunden werden» [17]. «... und beide diese Heilmethoden geben sich beim verständigen Arzt ganz brüderlich die Hand. Die Kraft liegt mitten inne» [1].

Dem Körper wird während der Schroth'schen Kur Wasser vorenthalten. «Daher denn auch jener fast unerträgliche Durst ..., der einen schier wahnsinnig machen sollte», sagte ein früherer Schroth'scher Kurgast [18].

Schroth hat auch eine moralische Wirkung von seiner Kurart erwartet:

«... insofern, als die lange Entsagungskur dem Patienten Zeit und Gelegenheit gebe, seinen Gedanken und Beobachtungen nachzuhängen und sich im Stillen die Frage vorzulegen und zu beantworten: inwiefern er Schuld an seinen Leiden trage? Auch Entschlüsse für ein geregelteres und natürliches Leben nach vollbrachter Kur zu fassen und so einer moralischen Erhebung nachzustreben» [19].

Medizinische Erklärungen für die Wirkung der Schroth'schen Kur

Über die *Kurpackung* gab Hesseln [20] 1980 eine Erklärung der Wirkung ab (Tab. 2). Weiterhin erläuterte Prof. Hentschel [21], Medizinische Fakultät der Universität München, im Jahr 1998 die Wirkungen der Schroth'schen *Kurpackung*: Zunächst Wärmeentzug, der langsam abklingt mit der Angleichung der Packungstemperatur an die Körperwärme. Die perkutane Wasserabsorption (0,1–0,5 ml Wasser pro Packung) ist nur ganz unbedeutend. Es kommt zu einer Weitstellung der Arteriolen und einer Volumenzunahme des Blutes in der Mikrozirkulation. Blutdrucksenkung, wenn erhöhte Werte, sodass das Herz entlastet wird [22]. Bei weiterer Wärmerestauung – im Hypothalamus gesteuert – kommt es zu einem Wärmeschwitzen cholinergischer Natur [23]. Der Schweiß ist sauer und stärkt den gegen Bakterien gerichteten «Säuremantel» der Haut, und der Fettfilm (Tal-

Tab. 2. Die schweisstreibende Ganzpackung und deren Wirkungsweise auf den Organismus

1. Phase	sympatikoton (ca. 10–20 min)	Kaltreiz Vasokonstriktion RR-Anstieg Erfrischung Abhärtung
2. Phase	vagoton (ca. 0,5–1 h), Erwärmungsphase	Vasodilatation RR-Senkung Wärmebildung (um ca. 1 Grad) Nervenberuhigung Muskelentspannung
3. Phase	sympatikoton (ca. 0,25–1 h)	Tachykardie RR-Anstieg Durchblutungssteigerung Temperaturanstieg Stoffwechselsteigerung Schweissausbruch Steigerung der Motorik
Gesamtwirkung		Verbesserung der Hautfunktion Ableitung über die Haut «Entgiftung» und «Entschlackung»

drüsen und epidermale Lipide) macht die Haut unempfindlicher gegenüber Reizen. So werden mit dem Schweiß Milchsäure und Kochsalz (salziger Geschmack), anorganische und andere Substanzen, z.B. Quecksilber und Medikamente, ausgeschieden. Es sind jedoch z.B. nur 6% des beim Rauchen resorbierten Nikotins.

Über Urin und Stuhl wird allerdings weit mehr ausgeschieden. Die Packungstücher sind nach dem Schwitzen übel riechend verfärbt, weil sich Hautpartikel abschilfern und Staub ablöst. Ausserdem zersetzen sich der Schweiß- und der Fettfilm. Es kommt zur Umschaltung von der Leistungs- zur Erholungsphase; es stellt sich eine ausgeglichene vegetative Tonuslage ein. Es werden kutiviszerele Reflexe (unter Einbeziehung des Hypothalamus) ausgelöst. Während der Packung kommt es zu einer Körpertemperatursteigerung um 1–2 °C [24], also einem künstlichen Fieber mit Steigerung der körpereigenen Abwehrkräfte. Verspannte Muskeln werden aufgelockert und die Atmung wird vertieft.

Diätetischer Bestandteil der Schroth'schen Kur sind die Trink- und Trockentage – sie können als «Gewebsdrainage» bezeichnet werden. Es kommt zum Abtransport der Stoffwechsel-«Schlacken» und zur vermehrten Ausscheidung über Nieren, Darm und Haut. Die Trockentage sind Ruhetage. An den Trinktagen wird Landwein gegeben, um die sinkenden Kräfte zu erfrischen und zu wecken, die Stimmung aufzuhellen und Depressionen abzubauen. Der Wein soll stoffwechselsteigernd wirken [5]. Ein Liter Kurwein entspricht 700 kcal; bei Widerwillen werden Wasser, Tee oder Säfte gegeben.

Über das Schwitzen machte Hentschel [25] sehr gute, ausführliche physiologische Angaben. Hesseln [26] gab Senkungen des Blutdrucks, des Cholesterins und der Triglyceride bei 223 bzw. 250 Patienten an. Weiterhin erfolgte eine Senkung des erhöhten Blutzuckers und der Harnsäure bei 245 Patienten und Serum-Glutamat-Oxalacetat-Transaminase (SGOT), Serum-Glutamat-Pyruvat-Transaminase (SGPT) und γ -Glutamyltransferase (γ -GT). Hesseln [27] stellte fest, dass es während der Schroth-Kur zu einem Anstieg der Serum-Harnsäure-Werte in der 2. Kurwoche und zu einem Abfall in der 3. und 4. Kurwoche kam. Weitere Fastenergebnisse sind bei Prof. Krauss [28, 29] und Fahrner [30] dokumentiert.

Ditschuneit et al. [31] fanden eine signifikante Senkung des systolischen und diastolischen Blutdrucks, eine Senkung des Körpergewichts um 10% als Entwässerungseffekt, einen Abfall des Gesamtcholesterins, einen Anstieg des HDL(High-Density Lipoprotein)- und eine Senkung des LDL(Low-Density Lipoprotein)-Cholesterins, d.h. eine Senkung des arteriosklerotischen Risikos – ähnlich wie beim Fasten und bei der Nulldiät [32].

Wechsler et al. [33] stellten bei einer Umstellung von isokalorischer Ernährung auf totales Fasten über Glykogenolyse gesteigerte Glukoneogenese und zunehmende Ketogenese in der Spätphase zur Erhaltung von Glukosegleichgewicht und Proteinbestand fest. Totales Fasten hat eine negative Stickstoffbilanz zur Folge. Durch Substitution von 33 g Protein pro Tag lässt sich in der dritten Woche die Stickstoffbilanz ausgleichen. Bei totalem Fasten beträgt der Gewichtsverlust über 4 Wochen 12,5 kg und bei modifiziertem Fasten 11,6 kg. Bei proteinsubstituiertem, modifiziertem Fasten ergibt sich ein signifikant grösserer Verlust an Fettkörpermasse.

Wenzel et al. [34] führten eine klinisch kontrollierte Studie mit einer relativ kohlenhydratreichen, eiweiss- und fettarmen Reduktionsdiät (Schroth-Kur) mit kontrollierter Alkoholzufuhr und physikalisch-hydrotherapeutischen Massnahmen durch. In 3 Wochen betrug der durchschnittliche Gewichtsverlust $11,2 \pm 0,8$ kg. Man fand einen statistisch signifikanten Anstieg der Serum-Harnsäure, einen Abfall des Gesamt- und LDL-Cholesterins und keine Veränderungen der Leberwerte. Der Blutdruck fiel signifikant ab. Der Stickstoffverlust in 3 Wochen betrug 143,8 g. Damit war die N-Bilanz mit 110,2 g stark negativ, und der Verlust an Körperprotein betrug 688,3 g innerhalb von 3 Wochen. Das heisst: Als Ergebnis der Schroth-Kur kam es zu guten Gewichtsverlusten. Nachteilig war die relativ hohe Alkoholzufuhr bei niedriger Gesamt-Flüssigkeitszufuhr. Ein hoher Harnsäureanstieg machte oft eine Medikamentenbehandlung notwendig. Durch signifikante Senkung des Blutdrucks, Abfall des Gesamtcholesterins, Anstieg des HDL- und Senkung des LDL-Cholesterins kann die Schroth-Kur zu einer bedeutenden Verringerung des atherosklerotischen Risikos führen. «Sie rechtfertigt

damit ihre Stellung neben anderen Therapiemöglichkeiten und stellt unter ärztlicher Kontrolle eine Bereicherung im Spektrum der Adipositas Therapien dar» [32].

Wilhelmi de Toledo [35] wies 2003 besonders auf die Senkung des Insulins im Blut hin. Nach Lützner [36] ist die Schroth-Kur gekennzeichnet durch Trocken- und Trinktage, etwas Trockengebäck und Schwitzpackungen. Durch das Fasten entsteht eine Gewichtsreduktion um ca. 10%, einhergehend mit einer Senkung des vorher erhöhten biologischen Alters [37].

Die Schroth-Kur ist nach der Ärztesgesellschaft Heilfasten und Ernährung e.V. [38] «eine durch den Fuhrmann Johann Schroth entwickelte Methode, die aus einer restriktiven vegetarischen, kohlenhydratbetonten Kostform, dem Reiz von Trockentagen im Wechsel mit kleinen und grossen Trinktagen und verschiedenen Ausscheidungstagen wie «Dunstwickeln» besteht» [24].

Das Heilfasten (nach Buchinger) wird in den oben genannten «Leitlinien der Ärztesgesellschaft Heilfasten» folgendermassen definiert: Es ist das ärztlich betreute, stationäre, multidisziplinäre Fasten, das die drei Dimensionen des Menschen berücksichtigt (medizinisch, psychosozial, spirituell) und sich für Prävention und Therapie sowie für das «Fasten für Gesunde» anbietet.

Aus den Wirkungen des Fastens (auch Schroth-Kur) leiten sich die Hauptindikationen ab: Das metabolische Syndrom (Adipositas, Diabetes mellitus (Typ II), Hypertonie, Hyperlipidämie/Triglyzeridämie, Hyperurikämie) und auch dessen einzelne Komponenten alleine. Die Kontraindikationen sind: Kachexie, Anorexia nervosa, dekompensierte Hyperthyreose, fortgeschrittene zerebrovaskuläre Insuffizienz bzw. Demenz sowie fortgeschrittene Leber- und Niereninsuffizienz. Als Risikoindikationen werden angegeben: Suchterkrankungen, Diabetes mellitus (Typ I), Psychosen, bösartige Erkrankungen, fortgeschrittene koronare Herzerkrankungen, Netzhautablösungen, Ulcus ventriculi und duodeni (siehe auch [39]).

Hentschel [21] meinte zudem, dass feuchte Wärme nach wie vor als wesentlicher Wirkfaktor der Schroth'schen Kurpackung anzusehen ist:

«Die milde Überwärmung des ganzen Körpers führt nachweislich zu zahlreichen therapeutischen Wirkungen an Haut, Kreislauf und Vegetativum sowie vermutlich am Immunsystem. Aus diesem immunologischen Wissensdefizit lässt sich beispielhaft erkennen, dass weitere wissenschaftliche Arbeiten über die Schroth'sche Kurpackung erforderlich sind, um diese möglichst rational und erfolgreich einsetzen zu können.»

Bibliografie

Eine authentische Beschreibung seines Verfahrens hat Schroth nicht hinterlassen (siehe vor allem Křížek [12] mit 174 Literaturangaben). Erst 1877 schrieb sein Sohn, Natur-

arzt und Universalerbe, eine erste Publikation über den Lebenslauf seines Vaters [40]. Ungefähr 50 andere Arbeiten waren zu dieser Zeit über Schroth schon erschienen, auch über biografische Angaben [1, 16], und zudem medizin-historische Studien [2, 21].

Man fand seinen Namen auch in Enzyklopädiën und Wörterbüchern, beispielsweise von Meyers 1907 [41], Brockhaus 1908 [42] sowie Zetkin und Schaldach 1956 [43]. Die ersten Publikationen über Schroth waren kleine Bände – mit grosser Begeisterung und Fanatismus gegen die Schulmedizin, Impfung usw. (z.B. Gerke 1866 [3], Blitz 1895 [44], Kadner 1863 [45] und Vanoni 1864 [1]).

Wissenschaftliche Untersuchungen der Schroth'schen Kur stammen von Jürgensen (1840–1907) [46] von der Medizinischen Klinik Kiel (1866) und von Schnee [47] von der Universitäts-Anstalt für Hydrotherapie Berlin (1910). Hesseln [13, 20, 26, 27] schrieb 1977, 1980 und 1991 über die Behandlung der Fettstoffwechselstörungen durch die Schroth-Kur und die Sauna, mit wissenschaftlichen Untersuchungen aus dem Sanatorium Oberstaußen. Kadner [45] und Möller (Dresden-Löschwitz) [48, 49] schrieben 1884 von der Heilanstalt für innere Krankheiten in Niederlösnitz bei Dresden.

In der Zeit von 1945–1970 erschienen etwa 30 Arbeiten als Anweisung zur Durchführung der Kur in der Klinik oder am Kurort gegen einzelne Indikationen (Bluthochdruck, Augenkrankheiten, Fettsucht, Gicht und uratische Diathese). Und Schwede [11] schrieb 1995 in ihrer ausführlichen Dissertation mit insgesamt 74 Literaturangaben über das Leben und Werk von Johann Schroth. Zudem fasste Hentschel [21] 1998 den aktuellen Wissensstand über die Schroth'sche Kurpackung zusammen.

Worte über Schroth in der Literatur

Vanoni [1], ein «Naturarzt», schrieb 1864, dass Priessnitz Reinigung und Stärkung durch Wärmeentziehung und Stoffzuführung zu erreichen suchte, «während Schroth das Prinzip der Wärmeentwicklung und Förderung des Stoffwechsels» anstrebte. «Es ist nicht in Abrede zu stellen, dass diese beiden hochbegabten «Naturärzte» sich um die praktische Heilkunde, namentlich um die Heilmittellehre, ein unsterbliches Verdienst erwarben und dass Beide mit grösstem Glücke oft die verwickeltsten Krankheiten (selbst an Ärzten) geheilt haben» [1].

Jürgensen [46] von der Medizinischen Klinik Kiel, der wissenschaftliche Untersuchungen des Blutes, des Urins und der Rektaltemperatur während der Schroth-Kur durchführte, machte zusammenfassend folgende Äusserungen: Er sieht in der Schroth'schen Kur «eine Entziehungskur (...) bei welcher zunächst Wasser infolge des Wasserverlustes auch feste Bestandteile dem Organismus verloren gehen. Es steigt häufig die Körpertemperatur bei

über 40 °C; bei unvorsichtiger Anwendung kann es zu skorbutischen Erscheinungen, sogar zum Tode an Skorbut kommen.» Weiterhin: «Der quälende Durst der Patienten» und die Wahrscheinlichkeit zur Regeneration und zur Um- und Neubildung des Organismus kommen hinzu.

Dr. Gleich, praktischer Arzt und Naturarzt in München (1798–1865), schrieb 1860 sehr überschwänglich: «Schroth ist der originellste Mensch, den je die Erde getragen hat. Ein Schroth war nie da, ein Schroth wird in Tausenden von Jahren nicht wieder kommen. Er ist gleich ausgezeichnet als Menschenarzt, Thierarzt und als Oekonom» [14].

Dr. Gleich wurde von Schroth geheilt, nachdem er bei Priessnitz keinen Erfolg hatte. So wurde Gleich zum «Schrothianer» und verwarf den «alten Kaltwasserzopf» von Priessnitz. Gleich sah die Verbindung von Hydrotherapie und Ernährungstherapie und sah sich genötigt, als neue Nomenklatur «die Naturheilbehandlung» zu schaffen (Prof. Rotschuh aus Münster, 1908–1984) [50]. Trotzdem bezeichnete Gleich die Ergebnisse der Schroth-Kur als «Schroth'sche Gespenster», weil die Patienten übel aussahen und heruntergekommen waren durch die Kur. So gab es immer heftigen Streit zwischen den Anhängern von Priessnitz und Schroth, wenn diese sich bei Wanderungen trafen (siehe [14], p 220).

Gerke [3] schrieb noch ca. 1880 enthusiastisch: «Johannes Schroth, der erste und höchste aller Natur-Aerzte, der seine segensreiche Mission für die erkrankte Menschheit mit der Heilung eines Gebrechens an seinem eigenen äusseren Körper begann. Schon die Dankbarkeit gegen diesen körperlichen Heiland der Menschheit erheischt es, sich mit ihm näher bekannt zu machen.»

Ebstein (1836–1912), Direktor der Medizinischen Klinik in Göttingen, schrieb 1904 [51] über die Schroth-Kur:

«Dass eine solche eingreifende Behandlung einen mächtigen Einfluss auf den menschlichen Körper haben muss, liegt auf der Hand, und es kann derselben nach dem Zeugnis zuverlässiger Ärzte eine mächtige Wirkung bei gewissen Krankheitszuständen nicht abgesprochen werden. Bei unvorsichtiger Durchführung der Schroth'schen Methode hat man nicht nur hohes Fieber, sondern sogar einen tödlichen Ausgang beobachtet.»

Günther [52], Professor an der Universität Leipzig, beschrieb 1930 das «Schroth'sche Verfahren» und nennt Schroth einen Pfuscher. Die Kur wurde schematisch angewendet und hat z.B. bei der Lungentuberkulose «manchen Schaden angerichtet».

Hildebrandt [19] schrieb 1934: «... erst in dem Masse, wie Schroth sich neben Priessnitz heraufarbeitete, geschah der Fortschritt vom Wasserheilverfahren zum Naturheilverfahren.» Brauchle (1898–1964) [2] bezeichnete Schroth als wahren Arzt und Helfer, mit einem offenen, freundlichen, liebenswürdigen und vertrauenerweckenden Wesen. Er behandelte viele Arme kostenlos und war uneigennützig. Brauchle schrieb 1937: «Indem Schroth das Fasten und Dürsten mit der regelmässigen und lang dauernden

Anwendung der feuchten Wärme verbindet, entdeckte er ein neues Heilsystem, das sich bis zum heutigen Tage erhalten hat und viele Anhänger zählt» [2].

Křížek [12] aus dem Forschungsinstitut für Balneologie in Marienbad (Marianske Lázně) schrieb 1970, dass das Schroth'sche Heilverfahren zuerst im Geiste der blühenden Naturheillehre als eine «Universal-Kur» für die meisten Krankheiten galt. «Erst im Laufe der Zeit kam es zu einer Einschränkung der Kurindikationen für die rheumatischen Krankheiten, Gicht, Lues, Fettsucht, Haut- und Augenkrankheiten, Bluthochdruck unter anderem» [12]. Schroth fand seinen Platz in medizinhistorischen Studien und als Stichwort in mehreren Enzyklopädien und Wörterbüchern.

Jütte [53] äusserte sich 1996 folgendermassen: «Die nach Schroth benannte Schroth-Kur gehört bis heute zu den bekanntesten naturgemässen Heilweisen.» Heyll [54] vom Institut für Geschichte der Universität Düsseldorf schrieb 2006:

«Die Schriften und Zeugnisse der ersten naturheilkundlichen Autoren räumten dem Streit zwischen Priessnitz und Schroth noch grossen Raum ein. ... Über Schroth hiess es, er habe an einem angeborenen Herzfehler gelitten und die Verfolgungen und Kümernisse hätten ihm so zugesetzt, dass er auffallend mager wurde und sehr ermattete.»

Schlussfolgerungen

Schroth hat mit seiner Methode in seiner Zeit «viele Menschen vor Siechtum und frühem Tod bewahrt. ... Dass die Lehre in der neuzeitlichen Heilkunde erhalten geblieben ist, ist wohl das schönste Denkmal, das man Johann Schroth setzen kann» [2]. Der «Semmeldoktor» Schroth stellte sein Heilsystem in scharfen Gegensatz zum «Wasserdoktor» Priessnitz [12]. Dieses stellte den Gegenpol des Wasserheilverfahrens und der Kaltwasseranwendung von Priessnitz in Gräfenberg dar. Jedoch ähnelten die feuchten Packungen bei Schroth denen bei Priessnitz. Epigonen des «Naturarztes» Schroth versuchten, den

Antagonismus teilweise aufrecht zu erhalten. Später war aber die Absicht zu erkennen, beide Kursysteme zu vergleichen [1]. In dem modernen Lehrbuch der Ernährungsmedizin von Biesalski et al. [55] wird die Schroth-Kur als Aussenseiterdiät dargestellt. Sie wird der Gruppe IV zugeordnet: den Formeldiäten, sonstigen Diäten und Fasten. Die Autoren schreiben: «Ebenfalls kritisch zu bewerten und nur unter ärztlicher Aufsicht in einer Kurklinik durchzuführen.» Es wechseln sich Trockentage (Dörrobst und altbackene Semmeln) und Trinktage (Tee, Suppe und grössere Mengen an Wein) ab. «Diese Schroth-Kur wird eher zur «Entschlackung» als zur Gewichtsabnahme durchgeführt. Sie ist wegen des hohen Alkoholanteils und der insgesamt zu geringen Flüssigkeitszufuhr *nicht* zu empfehlen. Der Lerneffekt für eine gesunde Ernährungsweise ist fraglich.»

Heepe [55] stellt 1998 fest, dass die «Schroth-Kur (eine eiweiss- und fettarme Getreidekost mit wechselseitigen Trocken- und Trinktagen)» ein hohes Risiko von Nebenwirkungen hat und nur erfahrenen Spezialisten vorbehalten bleiben sollte. Sie sei eine kontraindizierte Karenzkostform bei ketoazidotisch entgleistem Diabetes, instabiler Angina pectoris, schwerer Herzinsuffizienz, ernsteren Herzrhythmusstörungen, Nieren- und Leberinsuffizienz, Elektrolytstörungen, Psychosen in der Schwangerschaft und in der Pubertät.

Eine neue Zusammenstellung über die Physiologie des Fastens findet sich bei Wilhelmi de Toledo [56]. 1970 hat Křížek [12] 174 Literaturquellen über Schroth mitgeteilt: Methodik, Kritik, Indikationen sowie biografische und geschichtliche Angaben.

Zusammenfassend sollte die Schroth-Kur weiter wissenschaftlich untersucht werden, damit die negativen Urteile in der modernen Ernährungslehre entkräftet bzw. noch besser belegt werden können.

Disclosure Statement

Der Autor bestätigt, dass keine finanziellen oder anderen Interessenkonflikte bestehen.

Literatur

- 1 Vanoni B: Die Natur heilt! oder das Heilverfahren ohne Medizin im Geiste der Natur Aerzte Priessnitz und Schroth, ed 2. Augsburg, Schlosser's Buch- und Kunsthandlung, 1864.
- 2 Brauchle A: Naturheilkunde in Lebensbildern. Leipzig, Reclam jun., 1937, pp 199–202.
- 3 Gerke C: Die Naturheillehre des Johann Schroth oder ausführliche Anweisung, ohne Arznei die Gebrechen des menschlichen Körpers zu heilen, IV. Die wundärztlichen Krankheiten, ed 7. Berlin, Grieben, 1880.
- 4 Grafenfeld E: Gründliche Schilderungen der Bildung und der Kenntnisse des weltberühmten Wasserarztes Vinzenz Priessnitz ... nebst einem Anhang über die Schroth'sche Semmelkur. Leipzig, Einhorn, 1842.
- 5 Cybulka W: Die Heilmethode des Naturarztes Johann Schroth und seine ausgezeichneten Erfolge. Frankfurt/M., Bayrhammer, 1846.
- 6 Rohde J: In Vergessenheit geratene Erkenntnisse über Priessnitz aus dem unbekannt gebliebenen Vinzenz Priessnitz'schen Familien-Wasserbuch von 1847. Forsch Komplementärmed Klass Naturheilkd 2002;9:85–98.
- 7 Helfricht J: Vincenz Priessnitz (1799–1851) und die Rezeption seiner Hydrotherapie bis 1918. Husum, Matthiesen, 2006.
- 8 vom Walde P (Pseudonym Johann Reinelt): Vincenz Priessnitz. Sein Leben und sein Wirken. Zur Gedenkfeier seines hundertsten Geburtstages. Berlin, Möller, 1899.
- 9 Winternitz W: Vincenz Priessnitz (1799–1851). Blätter für klinische Hydrotherapie 1899;10: 233–243.

- 10 Fr. AC: Skizze der Heilmethode des Hr. Schroth zu Lindewiese am Fusse des Gräfenberges; sammt einer kleinen kurzen vergleichenden Zusammenstellung der Vortheile der Priessnitzischen und der Schrothischen Curmethode. Als Resultat eines zum Theil in Lindewiese zum Theil in Freiwaldau statt gefundenen achtmonatlichen Aufenthaltes. *Wasserfreund* 1842;13:49–52; 14:53–56; 15: 57–60.
- 11 Schwede B: Johann Schroth (11.2.1798–26.3.1856) – Leben, Werk und Wirken. Dissertation der Medizin. Universität Lübeck, 1995.
- 12 Křížek V: Die Bibliographie zur Schroth-Kur. *Arch Phys Ther* 1970;22:289–299.
- 13 Hessel E: Die Behandlung der Fettstoffwechselstörung durch die Schrothkur. *Phys Med Rehab* 1980;21:136–140.
- 14 Ebstein E: Johann Schroth. *Allgemeine Deutsche Biographie* 1908;54:219–222.
- 15 Eckardt F: Über die Schroth-Kur. *Physikalisch-diätetische Therapie in Klinik und Praxis* 1965;6:17–19.
- 16 Bicking F: Über das Heilverfahren des Johann Schroth zu Lindewiese. Erfurt, Otto, 1842.
- 17 Vanoni B: Priessnitz oder Schroth. *Wasserfreund* 1862:75.
- 18 Süersen W: Die Wasserheilmethode J.H. Rausses im Vergleich mit den Heilweisen des Vincenz Priessnitz und Johann Schroth. Hamburg, Hoffmann und Campe, 1852, p 35.
- 19 Hildebrandt G: Zur Geschichte der Naturheilbewegung; in *Festschrift zum 45-jährigen Bestehen des Deutschen Bundes der Vereine für naturgemässe Lebens- und Heilweisen e.V.* Berlin, 1934, p 50.
- 20 Hessel E: Schroth-Kur und Sauna. *Phys Med Rehab* 1980;21:455–463.
- 21 Hentschel H-D: Die Schrothsche Kurpackung einst und jetzt. *Physikal Therapie* 1998;9:520–525.
- 22 Krauss H: *Hydrotherapie*, ed 5. Stuttgart, Fischer, 1990.
- 23 Schmidt RF, Thews G: *Physiologie des Menschen*. Berlin, Springer, 1990.
- 24 Brosig V: *Die originale Schrothkur*. Hannover, Schlütersche Verlagsanstalt, 1992, pp 44–45.
- 25 Hentschel H-D: Sollen wir unseren Patienten auch heute noch Schwitzprozeduren verordnen? *Hippokrates* 1960;9:286–298.
- 26 Hessel E: Die Schrothkur und ihre klinische Bedeutung. *Phys Med Rehab* 1977;18:359–368.
- 27 Hessel E: Die Schroth-Kur. *Ärztzeitschrift für Naturheilverfahren* 1991;32:549–554.
- 28 Krauss H: Fasten als Heilmittel; in Krauss H, Täufel K: *Ernährung und Diät in Klinik, Kurort und Betrieb*. Berlin, Volk und Gesundheit, 1960, pp 130–142.
- 29 Krauss H, Hartmann K: Untersuchungen über den Eiweisshaushalt beim therapeutischen Fasten. *Arch Phys Ther* 1964;16:109–122.
- 30 Fahrner H: *Fasten als Therapie*. Stuttgart, Hippokrates, 1985.
- 31 Ditschuneit H, et al.: Ergebnisse einer 3-wöchigen Gewichtsreduktion. *Aktuelle Ernährungsmedizin* 1984;2.
- 32 Ditschuneit H, Ditschuneit HH, Wechsler JG: Adipositasbehandlung – Nulldiät oder kalorienreduzierte Diät. *Internist* 1979;20:151–158.
- 33 Wechsler JG, Wenzel H, Malferteiner P, Ditschuneit HH, Ditschuneit H: Totales Fasten und proteinsubstituiertes Fasten im Vergleich. *Therapiewoche* 1981;31:782–787.
- 34 Wenzel H, Wechsler JG, Hutt V, Ditschuneit H: Ergebnisse einer klinisch kontrollierten Studie mit einer relativ kohlenhydratreichen, eiweiss- und fettarmen Reduktionsdiät (Schroth-Kur). *Aktuelle Ernährungsmedizin* 1984;9:51–56.
- 35 Wilhelmi de Toledo F: *Buchinger Heilfasten – ein Erlebnis für Körper und Geist*. Stuttgart, Trias, 2003, p 56.
- 36 Lütznert H: *Fasten und Ernährungstherapie*. Books on Demand, 2009, p 27.
- 37 Steiniger I, Schneider A, Rohde J: Die Vitalität adipöser Patienten nach einer Gewichtsreduktion durch Fasten. *Forsch Komplementärmed Klass Naturheilkd* 2003;10:12–18.
- 38 Ärztesgesellschaft Heilfasten und Ernährung e.V.: *Leitlinien zur Fastentherapie*. *Forsch Komplementärmed Klass Naturheilkd* 2002;9:189–198.
- 39 Heepe F: *Diätetische Indikationen – Basisdaten für die interdisziplinäre Ernährungstherapie*, ed 3. Berlin, Springer, 1998, p 137.
- 40 Schroth E: *Johann Schroth, Gründer der Diätkur und sein Lebenslauf, beschrieben von seinem Sohne*, ed 1. Tetschen, Feitzinger, 1877.
- 41 Meyers grosses Konversations-Lexikon, ed 6. Schlagwort: «Schrothsche Kur». Leipzig, Bibliographisches Institut, 1907.
- 42 Brockhaus Konversationslexikon. Schlagwort: «Schrothsche Kur». 1908, p 625.
- 43 Zetkin M, Schaldach H: *Wörterbuch der Medizin*. Berlin, Volk und Gesundheit, 1956.
- 44 Bilz FE: *Das neue Naturheilverfahren*, ed 25. Leipzig, FE Bilz, 1895.
- 45 Kadner P: *Das Schrothsche Heilverfahren*. *Berliner Klin Wochenschr* 1884;21:136–138.
- 46 Jürgensen T: Über das Schrothsche Heilverfahren. *Dtsch Arch Klin Med* 1866;1:196–218.
- 47 Schnee A: Über das Schrothsche Heilverfahren. *Zeitschrift für physikalische und diätetische Therapie einschliesslich Balneologie und Klimatologie* 1910;14:129–138.
- 48 Möller S: Technik und Indikation der Schrothkur. *Monatsschrift für die physikalisch-diätetischen Heilmethoden in der ärztlichen Praxis* 1909;10:578–591.
- 49 Möller S: Die Schrothsche Trockenkur und die Erklärung ihrer Wirkungsweise. *Med Welt* 1935;9:972–975.
- 50 Rothschuh KE: *Naturheilmovement, Reformbewegung, Alternativbewegung*. Stuttgart, Hippokrates, 1983, p 77.
- 51 Ebstein W: *Die Fettleibigkeit (Korpulenz) und ihre Behandlung nach physiologischen Grundsätzen*. Wiesbaden, J.F. Bergmann, 1904, p 50.
- 52 Günther H: *Hunger- und Durstkuren*. Leipzig, Hirzel, 1930, pp 101, 140.
- 53 Jütte R: *Geschichte der Alternativen Medizin*. München, Beck, 1996.
- 54 Heyll U: *Wasser, Fasten, Luft und Licht. – Die Geschichte der Naturheilkunde in Deutschland*. Frankfurt, Campus, 2006.
- 55 Biesalski HK, Fürst P, Kasper H, et al. (Hrsg.): *Ernährungsmedizin*, ed 3. Stuttgart, Thieme, 2004.
- 56 Wilhelmi de Toledo F: *Physiologie des Fastens*; in Stange R, Leitzmann C: *Ernährung und Fasten als Therapie*. Berlin, Springer, 2010, pp 182–195.
- 57 Scholz H, Höss BJ: *Heilendes Wasser – Priessnitz und Schroth: Heimatjahrbuch Ost-sudetendland, Band VII*. 1960, pp 143–151.