

Heilendes Meerwasser

Mineralsalz-Therapie auf andere Art: Die heilkräftigen Salze im Meerwasser und ihre Möglichkeiten in der Therapie

Die Therapie mit Meerwasser als Getränk oder als Bad (Meeresheilkunde = Thalassotherapie) – aber auch mit ihren dazu zählenden und ergänzenden Therapiemöglichkeiten (Klimatherapie, Schlick-Bäder, Phytotherapie, Sandlaufen, Baden usw.) wird seit Jahrhunderten von den Menschen geschätzt. Wie der Kurarzt und Buchautor Dr. Hartmut Schulte es einmal im Gespräch ausdrückte, waren Meerwasserkuren sogar schon im 5. Jahrhundert vor unserer Zeitrechnung bekannt. Seitdem haben sie nichts an ihrer Heilkraft und Aktualität eingebüßt.

Schon Hippokrates (460–370 v. Chr.), der Begründer der Abendländischen Medizin, beschäftigte sich mit dem Meerwasser als Heilmittel und in seinen Schriften finden wir Stellen, die zeigen, dass er das Meerwasser als Wundreinigungsmittel und gegen verschiedene Hautauschläge und sogar innerlich als Mischgetränk mit Wasser einsetzte. Viele andere große Ärzte sammelten mit der Meerwasser-Therapie im Laufe der Jahrhunderte wertvolle Erfahrungen.

Nach Hartmut Schulte lässt Euripides (484–404 v. Chr.) in seinem Theaterstück „Iphigenie“ sagen: „Das Meer wäscht alle Übel vom Menschen ab“. Nach langer Pause entdeckten die Menschen die be-

sonderen Heilkräfte des Meeres aber erst so richtig im Zeitalter der Aufklärung, also Ende des 18. Jahrhunderts.



Seit knapp 150 Jahren gibt es Meerwasserkuren an Nord- und Ostsee wie auf der Insel Borkum.

Der englische Arzt Richard Russell (1687–1759) bestärkte seine Patienten darin, zu Therapiezwecken Meerwasser zu trinken und darin zu baden. Die noch heute praktizierte Thalasso-Therapie verzichtet allerdings weitestgehend auf das Meerwassertrinken (Ausnahmen sind die Biomaris-Meerwasser-Kuren und die Quinon-Therapie, siehe unten). Russel dokumentierte zahlreiche Fälle aus seiner Praxis, die er mit Meerwasser (innerlich und äußerlich) behandelte. Dazu zählen: Dermatosen wie nässende Ekzeme, Herpes, Gürtelrose, Gelenkerkrankungen, Menstruations-Probleme, Darmkoliken mit Verstopfung, Leberzirrhose, Nierensteine und viele andere.

Wortweiser: **Thalasso-Therapie**

Thalasso (abgeleitet von altgriechisch thálassa „Meer“) bezeichnet die Behandlung von Krankheiten mit kaltem oder erwärmtem Meerwasser, Meeresluft, Sonne, Algen, Schlick und Sand. *(wikipedia)*

Seetang-Packung zum Therapieauftritt

Der Arzt Dr. Russel begann seine Kuren bei den Patienten im Seebad Brighton zunächst mit milden Anwendungen. Er beseitigte vorhandenes Fieber mit verschiedenen Arzneien. Dann packte er die Drüsen in frisch zerriebenen Tang (vermutlich Stellen, wo Lymphknoten vorhanden, früher als Drüsen bezeichnet) und ließ drei Monate Seewasser trinken. Durst, der bei dem ersten Auftreten auftrat, verlor sich später. Neben dem Meerwasser setzte er gerösteten Badeschwamm (Spon-

gia tosta), veraschte Korallen, Quercus marina (ebenfalls eine Fucus-(Tang) Art) und Sepia ein.

Morgens ein drittel Liter Meerwasser

Das Trinken von Meerwasser geschah täglich morgens, und zwar empfahl er ein Pound (0,37 Liter). Russel scheute sich nicht, Meerwasser auch bei Tumorerkrankungen einzusetzen und er hatte Erfolg damit. Wo immer möglich, wurden auch Einläufe mit Meerwasser gemacht oder Spülungen. Auch bei psychischen Beschwerden konnte Richard Russel den Patienten helfen, wie Dr. Martin Schlegel 1953 in „Meerwasser als Heilmittel“ schreibt.

Zurück zur deutschen Meerwasser-Therapie-Geschichte: Ein begeisterter Anhänger von Meerwasser als Therapiemittel war auf den Ostfriesischen Inseln, in Juist, der Prediger Janus. Er beantragte im Jahre 1783 bei der preußischen Regie-



Eine Wattwanderung gehört zum absoluten Muss, möchte man Pflanzen und Tiere am Meer kennenlernen. Die reine Meeresluft besitzt einen Heileffekt, der durch Einatmen der ionisierten Luft zustande kommt. In Borkum führt Albertus Akkermann (Mitte) seit vielen Jahren die Gäste durchs Watt.

Wortweiser: **Scrofulose**

Bei dem Wort Scrophulose/Scrofulose (Scropheln) handelt es sich um einen historischen Begriff, der früher mit Halsdrüsentuberkulose (auch Hauttuberkulose) in Zusammenhang gebracht wurde. Die Scrofulose wird heute als eine seltene Haut- und Lymphdrüsenenerkrankung im Kindesalter auf allergischer Grundlage bezeichnet. Klinische Erscheinungen sind chronisch-katarrhalische Entzündungen, wie Schnupfen (Rhinitis), Bindehaut- und Lidrandentzündungen (Blepharitis, Konjunktivitis) und Lymphadenitis (Entzündung der Lymphgefäße). Auch in der Homöopathie und Spagyrik findet dieser Begriff noch Verwendung, hier ist eine Diathese (Veranlagung) mit starken lymphatischen Reaktionen gemeint. (hee)

Janus als erste Person die Gründung eines Seebades. Janus hatte beobachtet, dass die „Scropheln“ (eine Form der Hauttuberkulose – die auch Russel behandelte – bei Kindern, an der Küste und auf den ostfriesischen Inseln deutlich weniger auftraten als auf dem Festland.

Keine Antwort vom alten Fritz

Die Anfrage von Janus an Friedrich den Großen blieb leider unbeantwortet – dafür hat sich aber der Schriftsteller und Physiker Georg Christoph Lichtenberg (1742 – 1799), der das Seebad und die Meerwasser-Behandlung in England kennengelernt hatte, für das Baden und Tauchen im Meer auf den Ostfriesischen Inseln engagiert. Bis der richtige Badebetrieb an

der Nordsee letztlich begann, gingen allerdings nochmals einige Jahrzehnte ins Land und erst Mitte des 19. Jahrhunderts startete ein bescheidener Badebetrieb.

Den Durchbruch schließlich erzielte der Pathologe Beneke (1824–1862) im Winter 1881 auf Norderney. Aufgrund seiner guten Erfahrungen hatte er einige Vorträge über den Heilwert des Meerwassers und -klimas in Berlin gehalten. Dies führte schließlich zur Gründung mehrerer Kinderheime auf den Ostfriesischen Inseln. Anfang des 20. Jahrhunderts wurde ein Lehrstuhl für Meeresheilkunde in Kiel geschaffen – das war der Startschuss für den Aufschwung des Kurbetriebs an Nord- und Ostsee.

Vielfältige Heilmittel

Die Meeresheilkunde ist Teil der physikalischen Therapie (Bäder- und Klimaheilkunde). Als Heilmittel gelten nicht nur das Meerwasser selbst, sondern auch das Reizklima und die angebotenen Kurmittel



Um 1938 betrieb der Biochemische Bund in diesem Haus an der Borkumer Strandpromenade ein Erholungshaus mit Seewasser-Trinkkuren, Schlickbädern sowie kalten und warmen Seebädern.



wie Schlickpackungen, Teil- und Vollbäder sowie Meerwasser-Trinkkuren, teilweise auch vorkommende Heilpflanzen, die mit eingesetzt werden. Dr. med. Schulte schreibt: „Insgesamt sind es sieben Gruppen von Krankheiten, die durch ortsgebundene Kurmittel oder Klima eine deutliche Heilung oder Besserung erfahren. Im Vordergrund steht die große Gruppe der Zivilisationskrankheiten und die „vegetative Dystonie“ (körperlich und psychosomatische Störungen).

Ein Großteil aller Kurgäste kommt wegen diesen Erkrankungen an die Nordsee. Die vegetative Dystonie (der Begriff ist inzwischen weniger gebräuchlich) ist durch eine Vielfalt von Erscheinungen gekennzeichnet. Unter vegetativer Dystonie verstehen wir besonders Herz- und Kreislaufstörungen, Schlaflosigkeit, Antriebslosigkeit, allgemeine körperliche Erschöpfung ohne sichtbare organische Ursache, Neigung zu Niedergeschlagenheit ohne Ursache, insgesamt eine Erkrankung, bei der das Vegetative, das heißt dem Willen nicht unterworfenen Nervensystem in Unordnung geraten ist. Die Ursache liegt in einer Überforderung des vegetativen Nervensystems durch Zivilisationsreize.“

Heutige Bezeichnungen für diese Beschwerden sind Stress-abhängige Beschwerden, Burn-out und endogene situativ auftretende Depressionen.

Fantastische Heilmöglichkeiten bei vielen Erkrankungen

Zu den weiteren Erkrankungen, die positiv auf eine Meereskur reagieren, zählt Dr. Schulte:

1. Allergische Erkrankungen der Haut und Atemwege (Heuschnupfen, allergisches Asthma, Neurodermitis)
2. Infektanfälligkeit, häufige Infekte

Keine Hochseeklima-Kur bei diesen Beschwerden

So fantastisch die Thalassotherapie wirkt – es gibt auch Kontraindikationen und nicht angezeigt sind Aufenthalte im Hochseeklima bei den folgenden Erkrankungen:

- Schwere Herz- und Kreislauf-erkrankungen
- Hoher Blutdruck
- Entzündliche Erkrankungen der Nieren und Harnwege
- Schilddrüsenüberfunktion
- Akute psychische Erkrankungen.

der oberen Luftwege (hier bringt der Aufenthalt im Meeresküsten- und Hochseeklima eine deutliche Besserung). Durch den Klimareiz wird das körpereigene Immunsystem gestärkt.

3. Gelenk- und Muskelerkrankungen, Erkrankungen des Rheumatischen Formenkreises.

4. Kindererkrankungen, vor allem Abwehrschwäche, Milchschorf, Neurodermitis, häufige Infekte. Bettnässen, Lernprobleme, ADHS.

5. Hormonelle Störungen wie Menstruationsstörungen, klimakterische Beschwerden. Gerade bei den Wechseljahrsbeschwerden gibt es viele positive Berichte einer Besserung.

6. Chronische Hauterkrankungen wie Schuppenflechte, Ekzeme, Akne.

7. Erschöpfung nach Operationen, schweren Krankheiten.

Heilende Mineralstoffe

Warum ist eine Meerwasser-Therapie so erfolgreich? Die Antwort finden wir zum Beispiel bei Dr. Schüßler – dem Herrn

Chemische Elemente im Meerwasser

Das Meerwasser enthält alle Mineralstoffe und Spurenelemente, die auch im menschlichen Körper vorkommen (61 Elemente): Chlor, Natrium, Magnesium, Schwefel, Kalzium, Kalium, Brom, Strontium, Silizium, Fluor, Aluminium, Zirkon, Rubidium, Lithium, Phosphor, Barium, Jod, Arsen, Eisen, Mangan, Kupfer, Molybdän, Zink, Nickel, Selen, Gallium, Silber, Vanadium und noch andere.

Interessant ist, dass die meisten dieser Elemente im ähnlichen Mengenverhältnis im menschlichen Körper vorkommen. Zehn dieser Elemente hat Dr. Schüßler (und sechs weitere seine Nachfolger) in seine biochemischen Funktionsmittel aufgenommen (Anionen und Kationen).

Aus: Heepen, Günther „Heilende Salze“, Selbstverlag, 1993

der Salze. Und genau diese im Meerwasser vorkommenden Salze, die wir bei einer Meerwasser-Kur (z. B. Trinkkur) oral oder über die Haut (Meerwasser-Bad) aufnehmen, regen Heilprozesse an. Aber auch ohne im Meerwasser zu baden oder Meerwasser zu trinken, kann man sich die Heilkräfte der im Meerwasser enthaltenen Elemente einverleiben, und zwar durch einen täglichen (ein- oder mehrmaligen) Spaziergang direkt an der Brandung.

Ziehen Sie Gummistiefel an oder gehen Sie barfuß (nicht wenn Sie das kühle Wasser als unangenehm empfinden) direkt am Meer spazieren, atmen Sie tief ein und so nehmen Sie alle wichtigen im Aerosol vorhandenen Salz-Ionen auf. Patienten be-

richteten mir, dass sie durch den täglichen Spaziergang Wochen und Monate danach noch ein stabiles Immunsystem und mehr Energie empfanden.

Meerwasser für die Schönheit

Eine Meerwasser-Trinkkur (Hochsee-Meerwasser / Meeres-Tiefwasser) wirkt sich nicht nur positiv auf das Immunsystem aus, sondern wirkt ebenfalls positiv auf die Haut. Christian Natrup vom Biomaris Kosmetikinstitut in Borkum hat von seinen Kunden viele Rückmeldungen bei Anwendung des Biomaris Bademeersalzes bekommen. So verbesserte sich deutlich die Widerstandskraft der Haut und Entzündungen wurden eingedämmt oder traten vermindert auf. Die hauteigene Feuchtigkeitsbildung wurde gefördert – außerdem hat das Bademeersalz einen antibakteriellen Effekt. Mit Meersalzwashungen und Güssen haben sich ebenfalls Hautunreinheiten gebessert, auch Haut, die zu allergischen Ausschlägen neigte und empfindlich war, wurde deutlich stabiler.

Der Meersalz-Wickel für die Haut

Gute Erfahrungen hat Christian Natrup aus Borkum mit Meersalzwickel gemacht und erklärt unseren Lesern: „Für spezielle Meersalzwickel gibt man zwei bis vier Esslöffel Meersalz auf ein Liter heißes Wasser. Hierin werden breite Mullbinden getränkt und der ganze Körper damit umwickelt. Bei einer solchen Anwendung sollte man mindestens 30 Minuten warm zugedeckt ruhen. Durch diese spezielle Salzanwendung wird in der Oberhaut Feuchtigkeit gebunden und es kommt zu einer sofort sichtbaren, besseren Durchblutung und Spannkraft der Haut. Ein Meersalzwickel kann darüber hinaus

bei einem schwachen Bindegewebe, bei einer reifen oder auch bei einer durch Sonneneinwirkung strapazierten Haut Anwendung finden.“

Meerwasser-Trinkampullen nach Quinton

Eine andere Variante der Meerwassertherapie (Plasma de Quinton; isotonisch und hypertonisch) entwickelte der Franzose René Quinton (1866–1925). Quinton war kein Mediziner, sondern Biologe, Physiologe sowie Luftfahrt-techniker. Von den großen Biologie- und Medizin-Wissenschaftlern seiner Zeit wurde er sehr geschätzt, dazu zählten Charles Darwin, Claude Bernard und Louis Pasteur. Quinton hatte beobachtet, dass Meerwasser dem menschlichen Blut sehr ähnlich ist, und er machte es zu Heilzwecken trinkbar und injizierbar.

Quinton vertrat die Auffassung, dass es vor allem die im Meerwasser hochverdünnt enthaltenen Edelmetalle sind, die den Heilwert bei der Behandlung ausmachen. Aufgrund dieser vorkommenden „hohen Verdünnung“ der Edelmetalle im Meerwasser schloss er sich der homöopathischen Schule an. Auch dort fand er große Anerkennung und der englische Arzt und Homöopath Arnulphy ging in allen seinen Vorträgen auf die Quintonisation ein. In Zusammenarbeit mit Ärzten behandelte Quinton viele Kinder, die an Haut- und Kinderkrankheiten erkrankt waren mit großem Erfolg.

Im Gespräch mit WzG empfahl der Quinton-Kenner und Mediziner Miguel Manzano (Alicante), dass es wichtig ist, die Meerwasserlösung eine Minute im Mund zu behalten, bevor man sie schluckt. Seine wichtigsten Anwendungsbereiche sind Schuppenflechte, Depressionen, Er-

schöpfung, Erhöhung der sportlichen Leistungsfähigkeit und Osteoporose. Er hält viel von der subkutanen Injektion (unter die Haut), aber auch in Akupunkturpunkte.

Aqua marina in der Homöopathie

In den 1950er Jahren hat sich die homöopathische Meerwasser-Injektionstherapie mit Aqua marina D4 (von Staufen-Pharma) bei vielen Erkrankungen durchgesetzt. Seit einiger Zeit ist Aqua marina D6 in Ampullen wieder erhältlich (Presselin, Pharmazeutische Präparate) und hat in kurzer Zeit viele Anhänger gefunden. Die Erfolgsberichte sind vielversprechend.

Erkrankungen wie Bluthochdruck, Neurodermitis, Colitis, Schlafstörungen und viele andere wurden erfolgreich behandelt. Dr. Emil Schlegel, Homöopath und Allgemeinarzt, hat Aqua marina in die homöopathische Therapie eingeführt (inwiefern eine Beziehung zu Martin Schlegel besteht, ist nicht bekannt). Er setzte die Meerwasser-Injektionstherapie auch bei Augenerkrankungen, psychischen Beschwerden, Durchfällen, Erkältungskrankheiten und Hauterkrankungen ein.



Der Queller (Salzqueller) ist eine aromatische Pflanze, die im Watt zu finden ist und Salaten die besondere Note gibt.



Der Strandbeifuß (Meeresstrandbeifuß, Artemisia maritima) wird in der Volksheilkunde als Magen Tee verwendet. In Borkum trägt er auch den Namen Flohkrud, vermutlich wegen seiner Würmer ver-scheuchenden Wirkung. Er zählt wie der Wermut zu den Artemisia-Arten.

Meerwasser in den verschiedensten Darreichungsformen hat stets den Menschen in Krankheitsfällen geholfen. Auch der nicht mehr existierende Arzneimittelhersteller ISO hatte ein Meerwasserpräparat im Programm, in dem alle im Meerwasser vorhandenen Elemente enthalten waren (Potenz D3) – die Therapieerfolge waren ebenfalls beeindruckend.

Queller, Strandaster und Eberesche

Ein anderer Aspekt der Meerwassertherapie sind die Pflanzen, die am Strand, im Watt und in den Dünen und Randgebieten vorkommen. Dazu zählen die Vitamin C-reiche Eberesche, der Sanddorn, der appetitliche Queller (z. B. als Zusatz zu frischen Salaten), der Strandbeifuß oder die Strandaster. Diese wird in Holland angebaut und unter dem Namen Lamsoor als Gemüse verkauft. Die Eberesche-Beeren (Vogelbeerbaum), bei uns kaum als Heilpflanze bekannt, ist in Russland ein ganz besonderes Mittel bei Erkrankungen wie hohem Blutdruck, Erschöpfung, Infektanfälligkeit und Ent-



Blätter und Beeren des Vogelbeerbaums, auch als Eberesche bezeichnet, besitzen vielfältige Heilwirkungen und sind häufig auf den Ostfriesischen Inseln anzutreffen.

zündungen. Auch bei Muskel- und Knochenerkrankungen wird sie eingesetzt (Blätter und Beeren).

In der Praxis habe ich bei vielen Erkrankungen im Laufe der Jahre gute Erfahrungen mit Meerwasser in den verschiedenen Darreichungsformen gesammelt (Aqua-marina-Injektionen, Biomaris-Meerwasser-Trinkkur, Quinton-Kur, Salzbaden, Packungen). Das Meer bietet uns vielfältige Heilmöglichkeiten und vielleicht haben auch Sie Lust bekommen, diese auf irgendeine Art und Weise kennenzulernen.

Günther H. Heepen

Weiterführende und verwendete Literatur

- Holtmeier, Prof. Dr. Hans-Jürgen: „Gesundheit aus dem Meer“, Nymphenburger München, 1989*
Jordan, Prof. Dr. med. habil. Herbert: „Kurorttherapie“, VEB Gustav Fischer Verlag Jena, 1980
Schlegel, Dr. med. Martin: „Meerwasser als Heilmittel“, Hippokrates Verlag Stuttgart, 1953
Schulte, Dr. med. Hartmut: „Kurfibel“, Verlag Wilke Specht, Borkum, 1980
Secondé, Jean-Claude: „Die QUINTON-Meerwassertherapie – Die Heilkraft des Meeres“, Das Neue Licht Verlag, 2013
Biomaris: „Gesundheit & Schönheit aus dem Meer“, Biomaris GmbH, Bremen, 2012 und 2020
Ommen, Erik van / Oosterbaan, Artur: „Wattführer – ein Feldbestimmungsbuch für das Wattenseeer“
„Eine Handvoll Ebereschen-Beeren“, Artikel in der sowjetischen Zeitschrift Sputnik, Moskau, Ausgabe Nr. 173.