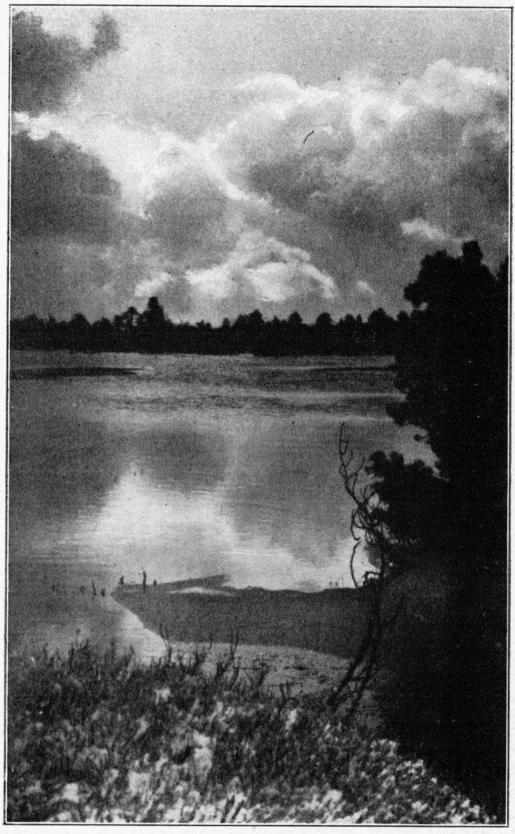
## REGIERUNGSMEDIZINALRAT DR. H. FRITZ

## Wildbad

## als Verjüngungsbad und Luftkurort

Eingeschlossen in ein enges Waldtal liegt das Städtlein Wildbad. Dicht scharen sich die Häuser um die
Badgebäude, in welchen unermüdlich der segenspendende Quell emporsprudelt. Von altersher gilt Wildbad als das Heilbad für Gichtiker, Rheumatiker,
Kranke, behaftet mit Neuralgien, Gelenksversteifungen, Folgen von Knochenbrüchen usw. Aber eben so
alt schon ist der Glaube, daß der Quell nicht nur
"Sieche heilt und kräftigt", sondern auch "Greise
wieder jüngt" (Uhland).

Man hat von wissenschaftlicher Seite diesem alten Volksglauben nie recht beikommen können. Die praktische Erfahrung lehrte seine Richtigkeit, aber die Wissenschaft konnte keine Erklärung dafür geben. Nun wissen wir aber nach neueren Untersuchungen, daß der Gebrauch unserer Wildbäder den krankhaft erhöhten Blutdruck herabsetzt, also auf eine Krankheit günstig einwirkt, die vorzugsweise dem höheren Alter eigen ist: die Aderverkalkung. Die letzten Jahre haben auch die Erkenntnis gebracht, daß die Wildbäder nicht auf ein einzelnes Organ wirken, sondern daß sie zu werten sind als ein Reiz, der die Tätigkeit



Der Wildsee bei Wildbad

Phot, C. Blumenthal

des ganzen menschlichen Körpers anregt und die im Körper schlummernden Abwehrkräfte weckt. Es mag sein, daß dies in erster Linie geschieht durch Einwir kung auf das System des Nervus vagus. Da wir aber wissen, daß dieses sympathische System besonders kräftig ist in der Jugendzeit und daß im höheren Alter der ihm entgegenwirkende Nervus sympathikus über wiegt, so leuchtet ohne weiteres ein, daß eine Stärkung des Vagus-Systems tatsächlich eine ge wisse Verjüngung des ganzen Organismus bedeuter, daß also der alte Volksglaube vom Verjüngungsbad einer berechtigten Grundlage nicht entbehrt. Vielleicht mag diese Beobachtung auch die Berechtigung der alten Volksmeinung erklären, daß gerade im Frühling, in der Zeit, in der wir uns alle verjüngt, frischer und kräftiger fühlen, die Wildbäder besonders kräftig wirken. Jedenfalls zeigt die Praxis, daß die Wirkung sol+ cher Frühjahrskuren keineswegs zurücksteht gegenüber einer Kur in der Hochsaison.

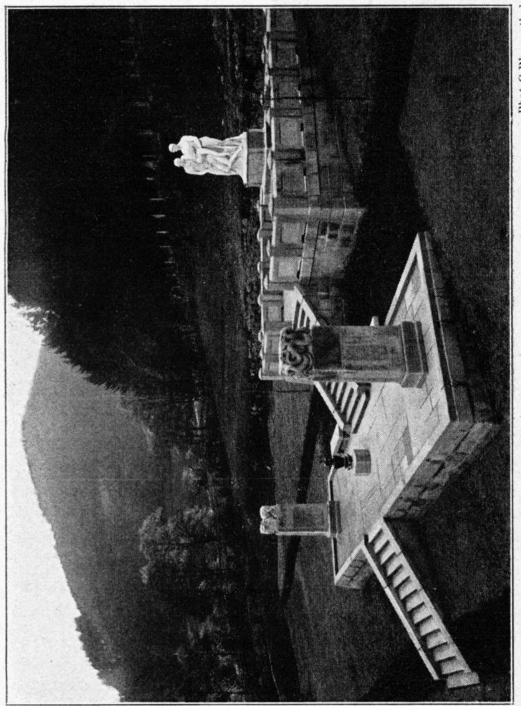
Neben dem heilbringenden Quell ist ein Hauptheilfaktor Wildbads der Wald. Der herrliche Wald macht unser Bad so recht zum Aufenthaltsort für den abgehetzten und überanstrengten nervösen Großstädter. Bis dicht an die Häuser von Wildbad drängt er sich heran, das Panoramahotel wie die Villen in der Parkstraße und der oberen Olgastraße liegen unmittelbar am Waldrand. Das Sommerberg-Hotel vollends steht mitten im herrlichen Nadelwald.

Ungezählt sind die prächtigen Spaziergänge in der näheren und weiteren Umgebung. Das bequemere Alter wird in erster Linie Erholung suchen auf den son-

nigen Wiesen der oberen Kuranlagen, wo auch das schöne Kurhaus steht, am Berghang, aber doch leicht erreichbar, auch für den schlechten Fußgänger. An heißen Tagen locken die schönen Alleen an der Enz, die auch im wärmsten Sommer immer erfrischend kühl sind. Der Fettleibige erreicht auf den Serpentinen des Charlottenwegs den Waldrand. Der Charlottenweg mit den anschließenden sanftansteigenden Waldwegen bietet günstige Gelegenheit zur Terrainkur, die seit Oertels Arbeiten unbestritten anerkannt ist als trefflicher Heilfaktor bei Fettleibigkeit und leichteren Herzkrankheiten. Auch am Meisternberg führen in sanfter Steigung schattige Waldwege weit über die Talsohle in die Höhe, von der Uhlandstraße aus führt ein ebener Waldspaziergang zum nahen Orte Calmbach. Vor allem beliebt ist die Drahtseilbahn, die mitten aus dem Ort heraus den Kurgast 300 m in die Höhe führt auf das Hochplateau des Sommerbergs. Hier kommt er auf wohlgepflegten Wegen ohne jede Steigung zu den nahen Wanderzielen, wie Schiwiese, Fünfbäume, Soldatenbrunnen, Grünhütte usw. Wer einigermaßen leistungsfähig ist, geht zu Fuß in die Stadt zurück auf der herrlichen Rodelbahn mit dem wundervollen Blick ins Rennbachtal oder auf dem Georg-Ebers-Weg, der schöne Ausblicke ins obere Enztal eröffnet. Der rüstige Fußgänger aber wandert hinüber nach der Mühle im prächtigen Eyachtal, nach dem höchstgelegenen Dorf Württembergs, der Sommerfrische Dobel, oder auf der anderen Seite der Enz über den Riesenstein zur kleinen Enz, wo die Kohlenmeiler rauchen und der Enzhof einlädt zu erquickender Rast.

Der schönste Ausflug aber ist zum Wildsee, einem 8 km von der Bergbahnstation gelegenen Hochmoor, das mit seinen Legföhren und verkrüppelten Tannen und Fichten ein merkwürdiges ernstes Bild darbietet und vor allem an gewitterschwülen trüben Tagen einen schaurigschönen Eindruck hinterläßt, dessen Zauber sich kein Wanderer entziehen kann. Besonders interessant ist für den Pflanzenfreund das Moosmoor selbst. Es bildet eine Fundgrube seltener Moose und Bärlappgewächse, Binsen und Gräser. Von dem überall um Wildbad in üppiger Fülle wuchernden Heidekraut findet sich hier eine weißblühende Abart. Ist schon der Weg über den Sommerberg durch den dichten Heidelbeerteppich mit Adlerfarn und rotem Fingerhut an lichteren Waldstellen ungemein reizvoll, so bietet der Wildsee manche sonst selten gefundene Pflanzen, die schönen Wollgräser, die Drosera rotundiafolia, eine der wenigen in Deutschland heimischen fleischfressenden Pflanzen. Südlich und südöstlich vom Wildsee dehnt sich ein richtiger Urwald aus mit Mehlbeer und Vogelbeerbäumen am Rande, mit Legföhren und Spirken, oft überzogen von grauen Moosflechten, ein richtiger Märchenwald. Dr. Karl Müller, der Direktor der Hauptstelle für Pflanzenschutz in Baden nennt das Wildseemoor ein naturwissenschaftliches Kleinod, wie wir es aus einer anderen Gegend Deutschlands in solcher Vollkommenheit nicht kennen.

Nahe bei Wildbad treffen wir ferner die äußersten Ausläufer der Alpengletscher, die in der Eiszeit sich bis in den nördlichen Schwarzwald erstreckt haben. Ein solches Gletscherbecken, das Rohrmißkar, liegt



Phot. C. Blumenthal

Wildbad, Kriegerdenkmal

ıal

kaum eine Stunde von Wildbad entfernt, ganz nahe bei der Waldwirtschaft zur Hochwiese, die auch fürwenig rüstige Fußgänger auf bequemem Wege leicht zu erreichen ist. Am herrlichsten wandert's sich dorthin im Frühling, wenn im Mischwald das junge Grünsich reizvoll abhebt gegen die dunkeln Tannen, oder im Herbst, wenn gelb und rot gleich Flammensäulen Buchen und Birken hervorlodern aus dem gleichmäßigen Schwarz der Nadelhölzer. Nicht unerwähnt sei hier noch der Windhof, das beliebte Wanderziel für den Nachmittagskaffee, das am oberen Ende der Anlagen auf ebenem Wege in einer halben Stunde bequem zu erreichen ist.

Was aber den nervösen Großstädter am meisten erquickt, ist die Ruhe und Einsamkeit des Forstes. Schon die äußersten Häuser von Wildbad, die Villen an der Park- und Baetznerstraße, an der oberen Olgaund Uhlandstraße, liegen abseits vom Tal mit seinem geräuschvollen Automobilverkehr. Gehst du aber von der Sommerbergstation nur 10 Minuten auf schönem Fußweg, dann bist du allein im unendlichen Wald, kein Eisenbahnpfiff und kein Automobilhuppen tönt zu dir herauf. Du hörst nur das Locken des Finken und das Hämmern des Spechts, rote und schwarze Eichhörnchen schlüpfen durchs Tannengeäst, und wenn du Glück hast, kreuzt ein schlankes Reh, vielleicht auch ein stolzer Hirsch, deinen Weg. Die herrliche Ruhe und die ozonreiche Waldluft machen Wildbad zum gesuchten Aufenthaltsort für den Großstadt-Neurastheniker. Nicht zuletzt auch das frische, anregende Klima des Schwarzwalds. Wohl ist im Enz-

tal, wie in allen Waldtälern, der Regen nicht selten, aber im durchlässigen Rotsandstein verschwindet das Wasser so schnell, daß schon wenige Minuten nach einem kräftigen Regenguß die Wege wieder trocken sind. Wohl wird es im Hochsommer auch einmal drückend warm im Städtchen Wildbad, aber in wenigen Minuten ist der Kurgast unter den schattenspendenden Laubbäumen des Kurgartens, wo die frischrauschende Enz erquickende Kühle verbreitet. Am Abend sinkt die Wärmekurve steil herab von der sommerlichen Höhe. Selbst im Sommer ist es deshalb nicht rätlich, abends in allzuleichter Kleidung an der Enz sich zu ergehen. Schwüle Nächte sind unbekannt in Wildbad. Frische Waldluft und angenehme Kühle bringen auch im Hochsommer rasch den erquickenden Schlaf.

Glaube aber nicht, lieber Leser, in Wildbad müssest du vorlieb nehmen mit Tannenduft und Waldesrauschen. Wohl sind sie neben der Thermalquelle unsere wichtigsten Heilfaktoren. Doch findet jeder, dem der Arzt sonstige physikalische Heilmittel verordnet, Dampfbäder und Duschen, Heißluft und Radiumemanation, Diathermie und Inhalatorium in den schönen Räumen des Karlsbades, in welchen sich auch die reichausgestatteten Lesesäle befinden.

Auch dem Leichtkranken und dem Gesunden, der sich nur erholen will von der anstrengenden Jahresarbeit, bietet Wildbad Freuden die Fülle: eine vorzügliche Kurkapelle unter Meister Eschrichs bewährter Leitung konzertiert dreimal im Tag in der Trinkhalle, in den Anlagen und auf dem Kurplatz. Schießstand

und gutgepflegte Tennisplätze laden ein zu körperlicher Betätigung. Moderne Gesellschaftsautomobile fahren täglich nach allen schönen Punkten im Schwarzwald, selbst hinüber in die Schwäbische Alb zum Hohenzollern und Lichtenstein und zur alten Musenstadt Tübingen. Tanzabende und Tanztees im Kurhaus wechseln mit ebensolchen Veranstaltungen im Quellenhof, Klumpps-Hotel, Badhotel und den andern Gaststätten. Ernste Symphonieabende des Kurorchesters und Konzerte erster Solisten werden abgelöst von fröhlichen Bierkonzerten und Volksliederabenden. Die Modeschau lockt nicht nur die Damen und das Tanzturnier bietet wertvolle Preise. So lebt's sich in der Saison in Wildbad, wie im Lande der Phäaken, deren König Alkinoos in der Odyssee spricht:

"Lieben wir immer den Schmaus, den Reigentanz und die Laute,

Oft veränderten Schmuck und warme Bäder und Ruhe." Der Höhepunkt der Veranstaltungen sind jedoch die Kuranlagenbeleuchtungen, bei welchen Tausende von bunten Lampions aus dem Grün der Kastanien und Ulmen schimmern und Tausende von Lichtern sich spiegeln in den Wellen der Enz.

Neben den vornehmen Gaststätten, die auch den Verwöhntesten befriedigen, bieten die mittleren und kleineren Gasthöfe und Privatpensionen Gelegenheit zu gutem und preiswertem Aufenthalt. Wer keinen besonderen Wert auf Ausstattung legt, findet saubere Privatzimmer und guten Mittagstisch schon zu recht billigen Preisen. Wildbad hat auch eine stattliche Reihe trefflicher sozialer Anstalten, so das Krankenheim der Versicherungsanstalt Württemberg, die dem Reichsarbeitsministerium unterstehende Versorgungs-kuranstalt für Kriegsbeschädigte, das Katharinenstift, Eigentum des württembergischen Staates, und das Erholungsheim der Ortskrankenkasse Zuffenhausen. Letztere beiden nehmen zu billigem Preis auch Privatgäste auf.

Auch in der billigeren Nachsaison sind Kuren noch recht gut durchzuführen. Der September und Oktober bringen meist noch recht schönes Wetter im Schwarzwald und immer mehr Häuser werden jetzt mit Zentralheizung versehen, so daß auch am trüben Regentage der Aufenthalt im Gasthof behaglich ist.

Hast du, lieber Leser, eine Sommersaison in Wildbad mitgemacht, vor allem, wenn günstiges Wetter dir beschert war, dann läßt du wohl beim Scheiden entzückt den Blick schweifen von der Höhe des Sommerbergs hinunter ins Enztal und hinüber zum Meistern, hinter dem aus blauer Ferne die Schwabenalb grüßt, und rufst mit dem Dichter aus:

O Schwarzwald, o Heimat, wie bist du so schön!

Dann bist du aber auch im Bann des Schwarzwaldes und du kehrst, auch wenn deine Leiden längst geheilt sind durch den warmen Quell voll Dankbarkeit wieder zurück ins Enztal, um die Nerven zu stärken und Ruhe zu finden von dem Hasten der Großstadt.

