

## Lachen ist die beste Medizin!

Die Idee der Clownsvisite wurde 1985 in New York geboren von dem berühmten Arzt Patch Adams. Sie hat sich mit großem Erfolg seitdem in vielen Ländern im Klinikalltag etabliert. Inzwischen gibt es auch viele Altenheime und sogar Hospize, die von Klinikclowns besucht werden.

### Lachen hilft heilen!

*„Die Wissenschaft hat festgestellt, festgestellt, festgestellt, dass Lachen ganz viel Glück enthält, Glück enthält!“*

### Kein Witz (!):

Es ist inzwischen wissenschaftlich bestätigt worden, dass die Clown-Therapie gezielt zur Verbesserung der Lebensqualität kranker Patienten eingesetzt werden kann. Bei Demenz-, Parkinson- und Schlaganfallpatienten, sowie bei Kindern im Krankenhaus, wurden positive Effekte erzielt. Studien der Gelotologie (die Lehre vom Lachen) ergaben, dass Schmerzpatienten nach einigen Minuten des Lachens bereits weniger Schmerzen spürten und dieses Phänomen für mehrere Stunden anhält.

### Lachen kann wirklich viel...

- Lachen stärkt das Immunsystem, denn durch Lachen erhöhen sich die Abwehrzellen im Blut
- Lachen erhöht das Lungenvolumen, sodass infolgedessen das Blut mehr Sauerstoff enthält, wovon alle Organe im Körper profitieren
- Lachen ist der beste Sport der Welt, denn am Lachen sind über 100 Muskeln beteiligt
- Lachen reduziert Stress
- Lachen ist gut für das Herz-Kreislaufsystem, denn es verbessert die Durchblutung und verringert den Blutdruck
- Lachen fördert die Verdauung, denn das Zwerchfell, welches sich beim Lachen intensiv bewegt, liegt über dem Verdauungstrakt und massiert damit die Verdauungsorgane  
(Quelle 3/2014 von Frau zu Frau)

**"Wenn man eine Krankheit behandelt, gewinnt oder verliert man.**

**Aber wenn man einen Menschen behandelt, gewinnt man immer.  
Ganz gleich, wie die Diagnose ausfällt."**

„Heitere Stimmung, eine rote Clownsnase kann oft mehr bewirken als ein Medikament.“ Mit dieser Erkenntnis wurde Patch Adams in der Medizin-Welt bekannt. Unter diesem Motto greifen die Klinikclowns auf, dass zu einer gelungenen Behandlung nicht nur die Hochleistungstechnik einer Klinik oder eines Seniorenheimes gehört, sondern auch die Betrachtung des ganzen Menschen, seines Körpers **und** seiner Seele.

Die Ärzte und Doktoren sowie das Pflegepersonal haben trotz all ihrem persönlichen Engagements oft nicht die Zeit, sich umfassend mit der Gefühlswelt der Patienten auseinander zu setzen. Hier spielen die Klinikclowns eine sinnvolle und förderliche Rolle im Heilungsprozess - sowohl im Klinikalltag und als auch im Alltag eines Seniorenheimes.



Bild: Manfred Werner

## Die Clownsvisiten der Klinikclowns im Evangelischen Krankenhaus Oberhausen

Die beiden Klinikclowns „Krümel“ und „Greta Margareta“ (Fritzi Bender und Susanne Kirchhoff) gehen alle zwei Wochen für ca. 3 Stunden auf den Stationen F3 und F5 der Kinder und Jugendstation des Evangelischen Krankenhauses Oberhausen auf „Visite“. Feinfühlig und professionell erkennen die Clowns, welche Behandlung für den jeweiligen Patienten geeignet ist. Jedes Kind bekommt seine individuelle Clownsvisite – direkt am Bett. Es gibt kein fertiges Programm, sondern

Einzigartigkeit und den Moment der Freude.

Bevor die Clownsvisite beginnt, wird mit einer Schwester, bzw. der Erzieherin der Station eine Übergabe gemacht. Es wird auch erörtert, ob und ggf. in welcher Form eine Clownsvisite in Frage kommt. Dabei ist zu berücksichtigen, dass z.B. nach einer Blinddarmoperation nicht so viel gelacht werden darf, oder wenn das Kind immungeschwächt ist, die Clowns nur mit Mundschutz arbeiten dürfen.

Die Clownsvisite im Evangelischen Krankenhaus Oberhausen gibt es nun bereits seit dem Jahr 2007. Sie ist ein erprobtes Mittel, um Kindern durch ihre Zeit im Krankenhaus zu helfen und den Heilungsprozess zu beschleunigen.

Der Besuch der Klinikclowns stößt auf sehr positive Resonanz bei allen Beteiligten (Klinikpersonal, Eltern, Kinder).

Zweck und Ziel der Clownsvisite ist es, für jedes einzelne Kind im Krankenhaus regelmäßig freudvolle Momente zu schaffen und damit einen kleinen Schritt auf dem Weg der Heilung des Kindes zu ermöglichen.

"Gerade das Nichtstun, das Wegschauen belastet uns Menschen in Krisensituationen wesentlich mehr, als wenn wir uns in die aktive Rolle begeben, mit betroffen sind. Ein Arzt und ein Clown haben in jeder Situation etwas anzubieten. Nicht immer Heilung, aber immer Mitgefühl und Mitmenschlichkeit. Humor ist nur ein Trick, um den Menschen die Liebe näher zu bringen. Die Natur der tiefen, als negativ empfundenen Gefühle erfordert humorvolle Zuwendung als Gegenmittel. Er hilft auch all jenen, die täglich mit diesen von Sorgen geplagten Menschen arbeiten.

Wenn sich die Patienten trotz ihrer Krankheit gut fühlen, weil sie spüren, dass sie Menschen sind, werden sie auch schneller gesund."

(Patch Adams, geb. 28.Mai 1945 in Washington

D.C., Arzt und Begründer der Clownsvisiten. Er hatte die Idee, dass Heilung in den Krankenhäusern durch Humor unterstützt werden kann und hat daraufhin die ersten Clownsvisiten ins Leben gerufen - mit großem Erfolg) .

### Die Clownsvisiten der Klinikclowns im Evangelischen Wohnstift Raadt in Mülheim an der Ruhr



Bilder: Manfred Werner

Seit Februar 2014 besuchen die Klinikclowns Greta-Margareta und Krümel auch die von Demenz betroffenen Bewohner des Evangelischen Wohnstiftes Raadt. Noch finden diese Besuche im Rahmen eines Pilotprojektes statt, aber schon jetzt zeigt sich, dass die Klinikclowns sehr willkommene Gäste im Wohnstift sind.

Klinikclowns und Demenz? Wie aber passt das zusammen?

**„Menschen mit Demenz und Clowns sind Seelenverwandte.“**

Und warum verstehen sich nun Demenzkranke und Clowns so gut? Demenzkranke erschrecken oft über ihre Orientierungslosigkeit und ziehen sich zurück, sind depressiv. Clowns sind immer unbeschwert, kontaktfreudig und tasten sich ihnen spielerisch entgegen. Demenzkranke können sich oft schwer artikulieren. Clowns können auch ohne Worte gut kommunizieren. Demenzkranke sehnen sich oft besonders nach körperlicher Zuwendung. Clowns haben keine Berührungsgängste.

Demenzkranken sind verunsichert, haben Schamgefühle und Angst, das Falsche zu tun oder sich zu blamieren. Clowns benehmen sich oft ordentlich daneben, blamieren sich nach Kräften, sind dabei liebenswert und gut gelaunt. So verscheuchen sie Ängste und Bedenken und helfen, fröhlicher und gelassener ins Leben zu blicken.

Menschen mit Demenz und Clowns passen also ausgezeichnet zusammen! Denn die Clowns sind Meister des Momentes und auch Meister des Scheiterns. Da Demenzpatienten ebenfalls Meister des Momentes und oft auch unfreiwillig Meister des Scheiterns sind, können Clowns für Demenzpatienten eine Menge Leichtigkeit (und Erleichterung) und Mut zum „über den Clown“ und „über sich selbst lachen“ mitbringen.

**„Humor ist die Waffe der Seele im Kampf um Selbsterhaltung“**