

# Lachen, Musik und Medizin

Sowohl der Humor als auch die Musik können wichtige Bestandteile einer erfolgreichen medizinischen Betreuung von Patienten und Angehörigen sein. Der Beitrag zeigt den Einfluss von Lachen und Musik auf die Heilkunst und stellt das Benefiz-CD-Projekt «DoctorsXmas» vor.

Nicolas Diehm,  
Ernst Groechenig

Interessenverbindungen:  
Beide Autoren sind  
Initianten des CD-Projektes  
«DoctorsXmas».

Humor ist eine Glücksdroge, die nichts kostet, legal ist, nicht dick oder abhängig macht und ausser Bauchschmerzen, feuchten Augen und Dyspnoe keine ernsthafte Nebenwirkungen hat.

Die Gelotologie (von griechisch γέλως «Lachen») ist die Wissenschaft der Auswirkungen des Lachens. Sie beschäftigt sich mit den körperlichen und psychischen Aspekten des Lachens [1]. Begründer dieser hochinteressanten Wissenschaft ist der Psychiater William F. Fry, der 1964 in Stanford erstmals die Auswirkungen des Lachens auf die körperlichen Vorgänge erforschte. Die 1988 gegründete Association for Applied and Therapeutic Humor definiert therapeutischen Humor als jegliche Intervention, die Gesundheit und Wohlempfinden durch Stimulation der spielerischen Entdeckung, des Ausdrucks oder der Anerkennung der Absurdität oder der Deckungsungleichheit von Lebenssituationen fördert [2]. Lachen im Spital kann nicht nur Heilungsprozesse

aktivieren, sondern kann auch eine positive Grundstimmung und eine Atmosphäre der Wärme schaffen.

Clowns haben eine lange Historie als eine Art der Kunst, welche Spiel, Interaktion und Lachen vereint. Die Rolle von Clowns in Spitälern ist es, Spiel, Humor und Lachen ins Krankenhaus zu bringen, um Patienten, deren Angehörigen und auch Spitalangestellten zu nutzen. Diese Rolle der Clowns entspringt dem Grundgedanken, dass Lachen die beste Medizin ist.

Die Stiftung Theodora wurde 1993 durch die Brüder Jan und André Poulie, in Erinnerung an ihre Mutter Theodora, ins Leben gerufen. Als kleiner Junge musste André nach einem schweren Unfall lange Monate im Krankenhaus liegen. Theodora verbrachte jeden Tag die wenigen erlaubten Besuchsstunden am Bett ihres Sohnes; sie erzählte ihm und den anderen kleinen Patienten Geschichten, erfand Spiele und Zaubereien. Ihre Fröhlichkeit zwang den



Die Musiker der CD «DoctorsXmas» mit dem Spitalclown.

Korrespondenz:  
Prof. Dr. med. Nicolas Diehm,  
MBA  
Medizinische Universitätsklinik  
Abteilung für Angiologie  
Kantonsspital Aarau  
Tellstrasse 25  
CH-5001 Aarau

nicolas.diehm[at]ksa.ch

**Erfolgreiches Musikprojekt**

In der Folge des erfolgreichen Musikprojektes «DoctorsMeeting» aus dem Jahre 2012 (<https://itunes.apple.com/ch/album/doctorsmeeting/id656938340>) haben sich erneut musikbegeisterte Ärzte zusammengefunden, um ein weihnachtliches Musik-Projekt zu initiieren. Die CD mit dem Titel «DoctorsXmas», die musikalisch von prominenten ärztlichen Kollegen und professionellen Musikern von nah und fern unterstützt wurde, bietet ein breites interdisziplinäres Spektrum an wunderschöner Weihnachtsmusik. Der Reinerlös dieser CD kommt in diesem Jahr der Stiftung Theodora zugute, deren Ziel es ist, das Leiden von Kindern im Spital und in spezialisierten Institutionen durch Freude und Lachen zu lindern.

Die CD kann bestellt werden bei Lucia Sidler, Chefarztsekretärin, Abteilung für Angiologie, Kantonsspital Aarau, E-Mail: [lucia.sidler\[at\]ksa.ch](mailto:lucia.sidler[at]ksa.ch), Tel. 062 838 96 01.



Schmerz und die Angst für eine Weile in den Hintergrund und erheiterte somit den schwierigen Spitalalltag der Kinder enorm.

Die Artisten der Stiftung Theodora verfolgen mit Ihrer Tätigkeit bei den kleinen Patienten bewusst keine direkten medizinisch-therapeutischen Ziele, um bei ihrer Tätigkeit spontan und frei von Schranken zu sein. Dies natürlich im Bewusstsein, dass die Freude, welche sie den Kindern und auch den Eltern und Geschwistern in die Zimmer bringen, unterstützend für die Heilung sein kann.

Das Hauptziel der Spitalclowns ist die Veränderung des wahrgenommenen «Krank-Seins». Die Kinder (und ihr Umfeld) sollen sich im Spital – dank lustiger, fantasievoller Ablenkung – weniger krank fühlen. Mit ihren Mitteln, der Komik, geben die Artisten den Kindern Kraft, entspannen die medizinische Atmosphäre und sorgen für willkommene Abwechslung.

Jeder Spitalclown ist ein professioneller Künstler, der von der Stiftung Theodora nach klaren, ethischen Richtlinien für die Arbeit im Spital geschult und beauftragt wird.

Von Jahr zu Jahr ist die Aktivität der Theodora-Stiftung gewachsen. Heute sind insgesamt 191 Spitalclowns in 136 Spitälern und spezialisierten Institutionen in der Schweiz und in Frankreich, Spanien, Italien, England, Türkei, Hongkong und Weissrussland anzutreffen.

**Musik und Medizin**

Musik wird seit Jahrzehnten zur Unterstützung von Heilungsprozessen verwendet. In der aktiven Musik-

therapie ist der musikalisch interessierte, im Gegensatz zur rezeptiven Musiktherapie, durch Spielen am Instrument aktiv beteiligt [3]. Musik kann nicht nur durch Zuhören, sondern auch durch aktives Spielen ihre heilsame Wirkung entfalten.

In der Folge des erfolgreichen Musikprojektes «DoctorsMeeting» aus dem Jahre 2012 [4] hat sich eine Gruppe musikinteressierter Ärzte dieses Jahr entschlossen, wieder ein interdisziplinäres Musik-Projekt zu initiieren.

Herausgekommen ist eine Weihnachts-CD mit dem Titel «DoctorsXmas», welche musikalisch von prominenten ärztlichen Kollegen verschiedener Fachrichtungen und von begnadeten professionellen Musikern von nah und fern unterstützt wurde und ein breites Spektrum an wunderschöner Weihnachtsmusik bietet. Das Album umfasst 15 bunt gemischte internationale Weihnachtslieder. Das Spektrum reicht von Klassikern wie «Silent Night» und «Go Tell It On The Mountain» oder «Santa Claus Is Coming To Town» bis hin zu instrumental vertonten Pop-Hits. Der Reinerlös dieser CD kommt der Theodora Stiftung zugute.

**Literatur**

- 1 <http://de.wikipedia.org/wiki/Gelotologie>, abgerufen am 19. 10. 2014.
- 2 Spitzer P, The Lancet. 2006; 368:S34-5.
- 3 <http://de.wikipedia.org/wiki/Musiktherapie>, abgerufen am 19. 10. 2014.
- 4 <https://itunes.apple.com/ch/album/doctorsmeeting/id656938340>, abgerufen am 19. 10. 2014.