



Lachen ist die beste Medizin

Humor
Hilft
Heilen

Ein berührender Moment ist das wirksamste Medikament! Davon ist Prof. Dr. Eckart von Hirschhausen überzeugt. 2008 hat der bekannte Mediziner, Autor und Kabarettist seine Stiftung „Humor Hilft Heilen“ ins Leben gerufen. Seither zaubern speziell geschulte Klinikclowns in Kliniken und Pflegeeinrichtungen großen und kleinen Patienten sowie Heimbewohnern ein Lachen aufs Gesicht und lindern auf diese Weise ihre Sorgen, Leiden und Nöte.

Eben noch lagen sie in ihren Betten eines Bonner Krankenhauses, nun lachen sie vergnügt um die Wette, während sie nach bunten Luftballon-Elefanten und riesigen Seifenblasen greifen. Mit Musik, Magie, Empathie und einem Koffer voller Überraschungen gelingt es den tollpatschigen Klinikclowns, den kranken Kindern ein Lachen aufs Gesicht zu zaubern und den Klinikalltag für einen Moment vergessen zu machen. Ein Zehn-Minuten-Auftritt, der für die Kinder die Welt bedeutet.



Begegnungen auf Augenhöhe – mit Augenzwinkern

Lachen ist die beste Medizin – das weiß der Volksmund schon lange. Seit rund 15 Jahren gibt es überall in Deutschland Klinikclowns in Krankenhäusern, die große und kleine Patienten aufmuntern, Lebensmut schenken und auf diese Weise den Heilungsprozess fördern.



Ein Pionier auf diesem Gebiet ist Prof. Dr. Eckart von Hirschhausen. Der Arzt, Kabarettist und Bestsellerautor unterstützt die Idee von Anfang an. Bereits 2008 gründete Hirschhausen die Stiftung „Humor Hilft Heilen“, um kranken Menschen ein Lachen zu schenken. Unter dem Motto „Begegnungen auf Augenhöhe – mit Augenzwinkern“ möchte Hirschhausen Spender und Akteure vernetzen, Ärzte, Pflegekräfte und Clowns weiterbilden und therapeutischen Humor im Gesundheitswesen salonfähig machen. Viel wurde bislang erreicht, viel ist noch zu tun – in Kliniken, Heimen und auf Palliativstationen.

Humor schenkt Kraft und Lebensmut



Tatsächlich können Klinikclowns enorm dabei helfen, Kindern die Angst bei Behandlungen zu nehmen, sie aufzumuntern und seelischen Stress zu lindern. Aus gutem Grund: Besonders für die jüngsten Patienten stellt ein Klinikaufenthalt eine Ausnahmesituation dar, die sie aus ihrem sozialen Umfeld reißt, vertraute Beziehungen infrage stellt, seelische und psychische Verunsicherungen auslösen kann. Die Klinikclownbesuche helfen Kindern und Eltern, mit Lachen, Spaß und besonderen Begegnungen für einen Augenblick dem Krankenhausalltag zu entfliehen. Im Spiel mit den Clowns mobilisieren kranke Kinder neue Energien, Mut und Zuversicht, die sich positiv auf den Gesundheitszustand auswirken und Heilungsprozesse unterstützen können.

Dies gilt sogar in schweren Momenten, beispielsweise auf dem Weg in den OP-Saal. Vom Anziehen der OP-Kleidung über die Einnahme von Medikamenten bis in die OP-Schleuse leisten die Clowns Kindern, aber auch Eltern und Angehörigen seelischen Beistand. Gerade weil Eltern durch solche Situationen oft sehr belastet sind und Pflegefachkräfte nicht die Zeit haben, durchgehend bei den Kindern zu sein, entstehen auf diese Weise kleine, aber wichtige Momente der Ablenkung und Leichtigkeit.

Doch nicht nur Kindern kommen die Klinikclownbesuche zugute. Die Stiftung „Humor Hilft Heilen“ hat die gesamte

Lebenszeit des Menschen im Blick. Während auf der Frühchenstation der Berliner Charité eine Musiktherapeutin die Neugeborenen und ihre Mütter und Väter beruhigt, bieten die Profis in Seniorenheimen und auf Palliativstationen wertvolle Hilfe – was auch wissenschaftliche Studien belegen. Die Arbeit der Stiftung wird über Spenden finanziert und hilft Menschen bundesweit.



Mehr zu [Humor Hilft Heilen](#)

Die Fotos sind vor der Coronapandemie entstanden. Entsprechend der medizinischen Vorgaben beachten die Klinikclowns die geltenden Schutz- und Hygienemaßnahmen und spielen mit Masken.

Prof. Dr. Eckart von Hirschhausen

Gründer und Geschäftsführer der Stiftung „Humor Hilft Heilen“

Herr Prof. Dr. von Hirschhausen, was unterscheidet einen Zirkusclown von einem Klinikclown?

Gute Klinikclowns machen nicht sich, sondern ihr Gegenüber zum Star. Sie haben kein festes Programm, improvisieren stark, gehen individuell auf ihr Gegenüber ein. Jede Visite ist ein Unikat.

Mit welchem Ziel?

Der Humor und dieser sehr direkte, individuelle menschliche Kontakt stärken den Lebensmut, fördern Zuversicht und positive Gedanken. Das zeigt sich bei kleinen Kindern, Erwachsenen und Senioren, Menschen mit Behinderungen und sogar Sterbenskranken. Wir stärken das Humane in der Humanmedizin!



Lässt sich die „Humorforschung“ wissenschaftlich belegen?

Ja, mehrere renommierte Institute und Hochschulen begleiten unsere Projekte wissenschaftlich und konnten die Wirkung nachweisen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Sporadische Klinikclownbesuche sind gut. Konsequenter und nachhaltiger wäre es jedoch, wenn die Klinikclowns fester Bestandteil des Klinikteams und im täglichen Medizinbetrieb eingesetzt würden.