



© Gregor Zielke

Ihre Medizin ist der Humor

Die Clowns des **ROTE NASEN Deutschland e.V.** helfen schwerkranken Kindern und ihren Eltern Schmerzen, Ängste und Sorgen für einen Moment zu vergessen. Ihre Therapie: scherzen, Freude machen, lachen.

Kinderlachen hallt durch die Flure. In einem Zimmer ertönt eine Ukulele und lustiger Gesang, bunt schillernde Seifenblasen trudeln durch die Luft. Die Clowns sind los – und das nicht etwa im Zirkus, sondern zum Beispiel auf den Kin-

derstationen der Krankenhäuser, in Geriatriezentren und Flüchtlings-einrichtungen.

Die Geschichte der Klinik-Clowns Es begann mit einem schwarzen Arztkoffer, den der amerikanische Schauspieler und ausgebil-

dete Clown Michael Christensen von seinem verstorbenen Bruder erbt. Mit dem Spielzeug-befüllten Koffer unter dem Arm und seiner roten Clowns-Nase im Gesicht besuchte er erstmalig 1986 Kinder in einem New Yorker Krankenhaus – und bescherte sich selbst damit die schönsten 20 Minuten seines Lebens. Danach war dem 38-Jährigen klar: Klinik-Clown zu sein ist seine Bestimmung. Fortan zogen er und sein Partner durch die Kinderstationen und bildeten damit die Wurzeln der heutigen Krankenhaus-Clowns.

Improvisieren statt operieren Seit 2003 sind ROTE NASEN-Clowns auch in Deutschland eifrig dabei, ein Lächeln in die Gesichter der Menschen zu zaubern. Man findet sie überall dort, wo seelische Unterstützung gebraucht wird – auf Stationen der Kinderchirurgie, der Kardiologie, auf Onkologie- und Intensivstationen, in Geriatrie- und

Rehabilitationszentren, aber auch in Erdbebenregionen oder Flüchtlingslagern.

Besonders für Kinder ist der Besuch von ROTE NASEN ein echtes Highlight. Fremde Umgebungen, die Trennung von den Eltern oder unangenehme Behandlungen können einen Krankenhausaufenthalt für die Kleinen sehr schwer machen. Die Clowns bringen ihnen Spaß und Freude. Sie können ihre Schmerzen für einen Augenblick vergessen und wieder Kraft und Lebensmut schöpfen.

Aber auch in Geriatrieeinrichtungen sind die Clowns mittlerweile unersetzlich. Durch die clowneske Ungeschicklichkeit können die Senioren ihre eigenen Fähigkeiten wiederentdecken und den Clowns mit ihrer Lebensweisheit zur Seite stehen. Das Singen alter bekannter Lieder wiederum kann bei Menschen mit einer Demenzerkrankung helfen: Es ruft Erinnerungen hervor und kann so schöne Momente aus den früheren Zeiten zurückbringen.

Supervision für Komiker Für Ihren Einsatz werden die Clowns speziell ausgebildet. Neben klassischem Können wie Schauspiel, Musik, Zauberkunst, Pantomime oder Akrobatik sind sie speziell geschult für die Arbeit im medizinischen und therapeutischen Umfeld. Jeder Clown muss ein intensives Auswahlverfahren und eine mehrstufige Probephase durchlaufen, bevor er zum Klinik-Clown wird. Das Angebot kommt an. Mittlerweile bringen die ROTEN NASEN täglich Kinder in zehn Ländern zum Lachen. Rund 28 professionelle Schauspieler sind dafür im Einsatz. Damit sind sie international eine der größten Vereinigungen von Clowns in medizinischen und sozialen Einrichtungen. Übrigens: Der Verein kann sich auch über die Unterstützung zahlreicher prominenter Vertreter freuen. Mit dabei sind zum Beispiel Startenor Rolando Villazon oder der Puppenspieler Sasha Grammel.

APOTHEKEN-AKTIONSPAKET: BOXAGRIPPAL® SCHENKT JUNG UND ALT EIN LÄCHELN

„Wer den Tag mit einem Lachen beginnt, hat ihn bereits gewonnen“ – der Ansicht ist auch Sanofi Health Care (CHC). Daher gehen im Aktionszeitraum vom 1. Oktober bis 31. Dezember 2018 für jede verkaufte Packung BoxaGrippal® Erkältungssaft oder Erkältungstabletten 50 Cent von Sanofi an den ROTEN NASEN Deutschland e.V. Sie möchten in Ihrer Apotheke die Aktion unterstützen? 20 rote Schaumstoffnasen gibt es im Aktionspaket. Mit dabei sind außerdem zwei Aktionsplakate und ein Broschürenaufsteller mit 50 Flyern zur Abgabe an Ihre Apotheken-Kunden. Schreiben Sie hierzu einfach eine E-Mail mit dem Betreff „BoxaGrippal-Rote-Nasen-Aktion“ an: posmaterial@sanofi.com. BoxaGrippal® hilft bei roten Schniefnasen in Verbindung mit Kopf- Hals- und Gliederschmerzen sowie gegebenenfalls Fieber. Denn sowohl die Erkältungstabletten als auch der Erkältungssaft haben im Deutschland-Test unter den OTC-Präparaten in den Kategorien Wirksamkeit und Verträglichkeit mit „gut“ und „sehr gut“ abgeschnitten.³ Mehr Informationen gibt es auch unter www.boxagrippal.de.

Von der Wissenschaft des Lachens Lachen macht nicht nur glücklich, sondern erwiesenermaßen auch gesund. Schon 20 Sekunden herzhaftes Lachen fordern den Körper in etwa so, wie eine dreiminütige Laufeinheit. Durch das verstärkte Ein- und Ausatmen wird mehr Luft

in die Lungen gepumpt und tiefer in den Bauch geatmet. Der Körper wird vermehrt mit Sauerstoff versorgt, der Herzschlag beschleunigt sich. Wer herzhaft lacht, sich biegt und krümmt, der spannt seine Muskeln an. Nach der Anspannung fällt alles ab – der Herzschlag wird langsamer und der Blutdruck sinkt. In dieser Entspannungsphase wird außerdem der Cortisol-Spiegel reduziert und Endorphine ausgeschüttet. Wissenschaftler konnten so beweisen, dass Lachen sogar vor Schmerzen schützen kann. Die positive Grundstimmung, die die Clowns verbreiten, lindert die Angst vor bevorstehenden Operationen und bildet Vertrauen bei Klein und Groß.

Die Wissenschaft übers Lachen hat übrigens sogar einen eigenen Namen: Gelotologie.^{1,2} ■

ÜBER SANOFI CHC DEUTSCHLAND

Sanofi ist der weltweit drittgrößte Anbieter im Bereich Consumer Healthcare (CHC). Bekannte Marken wie BoxaGrippal®, Thomapyrin®, Mucosolvan® und Dulcolax® gehören zu seinem Selbstmedikations-Portfolio. Im Industriepark Höchst in Frankfurt am Main befindet sich der Sitz von Sanofi Consumer Healthcare in Deutschland. Hier sind insgesamt mehr als 7000 Sanofi-Mitarbeiter in Forschung & Entwicklung, Produktion & Fertigung sowie Verwaltung beschäftigt. Frankfurt-Höchst ist zudem ein wichtiger Teil des europäischen Forschungsnetzes sowie der größte integrierte Produktions- und Fertigungsstandort innerhalb der Sanofi-Gruppe. Weltweit sind mehr als 110 000 Mitarbeiter in 170 Ländern für Sanofi tätig.

Quellen:

¹ Auerbach, S., Ruch, W., & Fehling, A. (2016). Positive emotions elicited by clowns and nurses: An experimental study in a hospital setting. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(1), 14-24. <http://psycnet.apa.org/record/2016-14460-003>

² Brandon M. Savage, Heidi L. Lujan, Raghavendar R. Thipparthi, Stephen E. DiCarlo (2017). Humor, laughter, learning, and health! A brief review. *Advances in Physiology Education*, 41(3), 341-347.

³ Focus 23/18 „Rezeptfreie Medikamente“ Juni 2018

SADE.BISO13.18.08.2451