

# Das Lachen

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **24 (1916)**

Heft 7

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-546559>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Züge und in der Aufnahme von Klagen über die Behandlung in Feindesland gebeten. Da ferner die Internierten an allzu reichliche Kost nicht gewöhnt waren, so mußte jede plötzliche Ueberernährung schädlich wirken. Auch war ihnen nach den Aufregungen des Freilassungstages eine richtige Nachtruhe im Zuge wohl zu gönnen, und daher war jede Erregung durch Demonstrationen möglichst zu vermeiden, um so mehr als eine solche Störung, trotz der Aufmerksamkeit des Begleitungspersonals, am 5. Januar 1915 die mittelbare Ursache eines tödlichen Unfalls geworden war. Als sich die ersten Anzeichen geltend machten, daß sich das Publikum zu den Zügen hindrängen und wahllos seine Gaben austeilten wollte, wurde im Interesse der Diskretion und der Ordnung am 5. Februar die unbedingte Ferronsperre in Zürich, Bern,

Freiburg und Lausanne angeordnet und trotz aller Preßangriffe unerbittlich festgehalten, eine Maßregel, die sich ebenso bewährte wie die Sammlung der Liebesgaben an den Endetappen, wo zur richtigen Verteilung auch die nötige Zeit vorhanden war.

Es durfte eben mit der edlen Internierten-sache kein Mißbrauch zur Erzeugung von Volksstimmungen gegen diesen oder jenen kriegsführenden Teil getrieben werden. Unterschiedslos sollte sich die Teilnahme für alle diese Unglücklichen, welcher Nation sie auch angehörten, kundgeben. Dieses Ziel wurde erreicht, und die vielen Beweise rührender Dankbarkeit, welche die Heimkehrenden äußerten oder die aus dem Auslande von überall her eintrafen, waren spontan, aufrichtig und herzlichsten Tones.

(Schluß folgt.)

## Das Lachen.

Ueber das Lachen schreibt die Zeitschrift für Krankenpflege im Jahrgang 1895 folgendes: Das Lachen ist eine Atembewegung, wenn auch eine eigenartige und abweichende. Eine Tiefatmung, denn gerade die aufeinanderfolgenden Expirationsstöße sind das Gesunde, Brauchbare beim Lachen. Die Leute, die unsern ärztlichen Rat aussuchen, können alle nicht richtig atmen. Sie können wohl einatmen, aber nicht ausatmen. Wenn man nach vollendeter Ausatmung rasch auf den Bauch drückt, so bläst oben zur Nase noch ein ganz kräftiger Luftstrom heraus. Daher muß man allererst das Ausatmen lehren, daß sie, wenn sie scheinbar fertig sind, nochmals ausatmen und zwar durch Selbstentspannung der Bauchmuskeln, so drücken sie auf die Baucheingeweide, diese drücken wieder auf das Zwerchfell und dieses preßt dann nach oben die Lunge aus. Dieselbe gute Wirkung hat das „zwerchfeller-schütternde“

Lachen, bei dem man sich „den Bauch halten“ muß. Von einem englischen Arzte stammt das Wort, daß ein Bühnenkomiker, der in einer kleinen Stadt gastierend, seiner Zuhörerschaft 8 Tage lang einen tüchtigen Lachkurs bereitet, sich in dieser kurzen Zeit um ihre Gesundheit mehr verdient macht, als die anfässigen Aerzte im ganzen Jahre.

Zunächst kann das Lachen neben der Vertiefung der Atmung rein mechanische Wirkung haben, z. B. die Blutzirkulation in den Baucheingeweiden erhöhen, die Tätigkeit der Verdauung dadurch vermehren, die Herz-tätigkeit beeinflussen und dergleichen.

Weiterhin dient es aber zur Erhaltung inneren Gleichgewichtes. Ein befreiendes Lachen! Wie wahr ist das Wort auch für alle seelisch, gemüthlich Verstimmtten. Die Krankenpflege hat daher die Pflicht, solches Lachen bei den Kranken zu fördern, wo sie nur kann (aber mit Auswahl: die Redaktion). Daß

dadurch passendes Vorlesen oder Selbstlesen bei Gesehenden von größtem Vorteil sein wird, ist klar.

Die Wertschätzung des Vorlesens liegt auch im Volke tief eingewurzelt. Für das äußerliche, oberflächliche Lachen freilich hat das Sprichwort Gültigkeit, daß man am vielen Lachen den Narren erkenne. Am vielen „falschen Lachen“. Dem richtigen Lachen aber, dem wahren, herzlichen Lachen wollen wir gerade heute in unserer so ernstesten Zeit seinen wahren Wert zuerkennen. Einer, dem wir recht viel Lachen verdanken, echtes wertvolles Lachen, gesund für Körper und Geist, Wilhelm Raabe, sagt: „Man spricht viel zu leichtfertig vom Lachen in der Welt, ich halte es für eine der ernsthaftesten Angelegenheiten der Menschheit.“ Recht hat er, das Lachen so hoch einzuschätzen. Es erhebt uns über das Traurige des Erden-daseins und zeigt uns

die Welt und unser Leben in rosigem Lichte. „Wer lachen kann, wird nicht mehr beherrscht von den Dingen, sondern steht über ihnen. Er fühlt sich als Herr der Lage und kann Dinge, die ihm vorher lästig und unbequem waren, als beherrschte mit freundlichem Interesse betrachten. Ueber das, was uns einengt, können wir nicht lachen. Wenn wir lachen, üben wir Hohheitsrechte aus“ (Lhotzky) . . . „Wenn mir neulich einer meiner Kurgäste sagte, daß er in seinem Leben nicht so viel gelacht habe, als an unserer gemeinsamen Mittagstafel, so ist das ein Lob, das ich mit Stolz und Freude gehört habe. Das Ha ha ha und Hi hi hi verträgt der Bazillus ebensowenig, wie das grelle Sonnenlicht und mit Ho ho ho und Hu hu hu jagt man ihn mit sammt seinen Toxinen und andern Cousinen zur Türe hinaus.“



## Schweizerischer Samariterbund.

### Aus den Verhandlungen des Zentralvorstandes. — Sitzung vom 27. Februar 1916.

Im Quartalbericht referierte der Berichterstatter einläßlich über die Finanzrekonstruktion und über den Verlauf des Losvertriebes. Mit Vergnügen wurde auch festgestellt, daß der Kursbetrieb wieder lebhafter geworden ist.

Im Verlaufe des Jahres soll in Langenthal und Zürich je ein Kurs zur Ausbildung von Hilfslehrern veranstaltet werden. Der Zeitpunkt der Abhaltung wird später festgesetzt werden.

Da die Unterhandlungen betreffend Abschluß des Vertrages über Lieferung von Samariterabzeichen (Stechnadeln usw.) noch kein befriedigendes Resultat gezeitigt haben, werden sie weitergeführt.

Der Zentralvorstand befaßte sich auch mit dem Antrag Einsiedeln, betreffend Einführung einer Unfallversicherung im schweizerischen Samariterbunde und beschloß, zum Zwecke eines einläßlichen Studiums der Frage, unter den Sektionen Erhebungen (Anzahl und Art der Unfälle bei Übungen und Hilfeleistungen usw.) zu machen.

Das von der Geschäftsleitung im Entwurfe vorgelegte „Regulativ für Samariterhilfslehrerkurse“ wurde genehmigt.

Die ordentliche Abgeordnetenversammlung 1916 findet anfangs Juni in Lausanne statt.

Endlich befaßte sich der Zentralvorstand mit dem Fall „Ein netter Samariter“. Er nahm mit Zustimmung Nemtnis vom Rücktritte des Betroffenen als Präsident und Posteninhaber.