

<b>Zeitschrift:</b>	Das Rote Kreuz : officielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz
<b>Band:</b>	54 (1946)
<b>Heft:</b>	50
<b>Artikel:</b>	Atem und Lunge im Volksaberglauben
<b>Autor:</b>	Bühler, Alfred
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-557194">https://doi.org/10.5169/seals-557194</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# DAS ROTE KREUZ LA CROIX-ROUGE

Organ des Schweizerischen Roten Kreuzes und des Schweizerischen Samariterbundes - Organe officiel de la Croix-Rouge suisse et de l'Alliance suisse des Samaritains

## Atem und Lunge im Volksaberglauben

Von Dr. ALFRED BÜHLER

Der volkstümliche Aberglaube von der Heil- und Wunderwirkung des Atems, der sich in fast allen Gebieten der Erde findet, wurzelt in der Vorstellung, dass der Atem Träger eines besonderen, für den Bestand des menschlichen Lebens unumgänglich notwendigen Stoffes sei. Dieser Gedanke spiegelt sich schon in dem alttestamentlichen Schöpfungsbericht wieder, nach dem Gott dem nach seinem Ebenbild aus einem Erdkloß geformten Menschen mit seinem Atem das Leben einhauchte. Wissenschaftliche Gestalt gewann diese Vorstellung in der Pneuma-Lehre der Griechen. Die naivere Volksauffassung hat aus dem Pneuma einfach einen Seelen- oder Lebensstoff gemacht, der seine mannigfaltigen wunderbaren Wirkungen im Atem des Menschen zur Geltung bringt, wie dies aus zahlreichen volkstümlichen Bräuchen und Redensarten hervorgeht.

Am anschaulichsten kommt die Auffassung, der Atem sei Träger des Seelenstoffes, in jenen Vorstellungen zum Ausdruck, die sich der Mensch vom Sterben macht. Zahlreiche Darstellungen schildern in Wort und Bild das Entweichen der Seele mit dem letzten Atemzuge, wobei die Seele entweder die Gestalt eines Menschen oder die eines Tieres, meist einer Taube oder einer Maus, annimmt. In diesem Zusammenhang sei ein Spruch aus dem «Freidank» (erste Hälfte des 13. Jahrhunderts) angeführt: «Die Seele fährt von mir wie ein Blas und lässt mich liegen wie ein Aas.» Aehnliches wird auch durch die noch heute gebräuchlichen Redensarten: «seine Seele aushauchen», «in den letzten Zügen liegen» u. a. ausgedrückt. Von Schwerkranken wird im niederösterreichischen Volke oft ausgesagt: «Die Seele sitzt ihm schon auf der Zunge.» Aehnliche Vorstellungen liegen auch den Bräuchen einiger Naturvölker zugrunde, bei denen die Seelen Verstorbener durch den Atem des Medizinmannes künftigen, noch ungeborenen Geschlechtern zugeführt werden.

Besonders zahlreich sind die volkstümlichen Vorstellungen und Gebräuche, die mit dem gewaltsamen, krampfhaften Ausstoßen des Atems, dem Niesen, verbunden sind. Schon in der Antike wurden an die Art und den Zeitpunkt des Niesens Voraussagen geknüpft, die auf das weitere Schicksal des Niesenden an dem betreffenden Tage hindeuteten. Mit den Glückwünschen, die man Niesenden auch heute noch häufig zuruft, hat man im alten Rom nach Plinius dem Älteren ursprünglich Anrufungen religiöser Art gemeint, wobei der Autor allerdings unbestimmt lässt, ob er dem Niesen selbst eine glückverheissende oder unheilverkündende Wirkung zuerkennt. Vom Niesaberglauben in Estland berichtet der estnische Pastor Boecler im Jahre 1685: «Wenn zwey schwangere Weiber zugleich niesen, so bilden sie sich ein, dass sie beyde Töchter bekommen werden, niesen aber zweene Männer, deren Weiber schwanger seynd, zugleich, so solls Söhne bedeuten... Sie hältens vor glücklich, wenn sie am heiligen Christ-Tage niesen, und damit sie solches zu wege bringen mögen, nehmen sie selbst, und geben ihrem ganzen Haussgesinde Niese-Toback.» Aehnliche Bräuche haben sich in verschiedenen Gegenden Deutschlands bis in die Gegenwart erhalten, wobei fast immer dem Niesen bei nüchternem Magen eine besondere Bedeutung zugeschrieben wird. An manchen Orten variiert diese Bedeutung sogar je nach dem Wochentag, wie z. B. ein aus Schlesien stammender Merkspruch bezeugt, der an das Niesen bei nüchternem Magen die folgenden Voraussagen knüpft:

«Sonntag — beschenkt, Montag — gekränkt, Dienstag — geliebt, Mittwoch — betrübt, Freitag — ein Brief, Sonnabend — geht alles schief.»

Nach Ansicht mancher Volkskreise verleiht die Keuschheit dem Atem besondere Kräfte. So nimmt man in einigen Gegenden Deutschlands (Schlesien und Schwaben) an, dass ein keusches Mädchen oder ein reiner Jüngling ein nur mehr schwach glimmendes Licht durch Anblasen wieder zu voller Flamme entfachen könne, ein Glaube, der gelegentlich zum Erweis der Keuschheit verwendet wird.

Diese Wiedererweckung fast erloschener Glut weist gleichnishaft auf einige der besonderen Kräfte hin, die dem Atem im Heilaberglauben zugeschrieben werden. Die Vorstellungen, die der Wirkung des Atems zugrunde gelegt werden, lassen sich in zwei Hauptgruppen einteilen.

Der ersten Gruppe gehören alle jene Ansichten an, nach denen dem Angehauchten mittels des Atems eines anderen — eines Gottes, eines Dämons oder eines mit Zauberkräften ausgestatteten Menschen oder Tieres — irgend ein stoffliches oder unstoffliches Wesen zugeführt wird, das dann im Angehauchten nützliche oder schädliche Wirkungen entfaltet. Wird das Hauchen von Menschen ausgeführt, so wird seine wundertätige Kraft meist auf die Verbindung mit gleichzeitig ausgesprochenen Gebeten oder Zaubersprüchen zurückgeführt. Bei den Heilbräuchen, die in manchen Gegenden Europas (z. B. im Egerland) von zauberkräftigen Büssern noch bis zum Anfang des 19. Jahrhunderts geübt wurden, legte sich der Heiler der Länge nach, Mund an Mund, über den Kranken, fing seinen Atem auf und zog dadurch die Krankheit an sich. Die meisten Vorstellungen von der heilenden Wirkung des Atems beruhen auf der Annahme einer in ihm enthaltenen heilkraftigen Substanz, mit deren Hilfe man gelegentlich unter Hersagen gewisser Beschwörungsformeln sogar Beinbrüche zu heilen versuchte. Auch Luther war von der geistigen Heil bringenden Wirkung des Anblasens der Kinder bei der Taufe überzeugt; hingegen wandte er sich gegen «törichte Väter», die ihren kranken Kindern in den Mund blasen, dazu siebenmal einen Segen sprechen und dann meinen, nun werde das Kind gesund. In gewissen Gegenden der Schweiz glaubt man, ein Kind könne von Mundfäule befreit werden, wenn ihm sein Vater des Morgens nüchtern dreimal in den Mund haucht. In der Pfalz versucht man im Volke manchmal an Blättern Erkrankte zu heilen, indem man ihnen in die Augen haucht. In Verbindung mit Beschwörungsformeln sind in der volkskundlichen Literatur Heilungen durch Anblasen noch nachgewiesen bei Fieber, Brand- und Schnittwunden, Beulen, Fuss- und Zahnschmerzen. Sehr bezeichnend für den Glauben an die heilende Wirkung des Atems ist es, dass z. B. in Württemberg das Volk die unter ihm wirkenden Heilkünstler «Blaser» nennt.

Sehr zahlreich sind aber auch die Fälle, in denen das Volk dem Anblasen schädliche Wirkungen zuschreibt. Dieser Glaube geht wahrscheinlich auf den alten Dämonenglauben zurück. Die Meinung, dass der Atem von Naturgeistern und Zauberern Unheil bringe, wurde später auf das Anblasen überhaupt übertragen. So glaubt man in Oberbayern, dass Kinder durch Anblasen Ausschläge bekommen können. Unter den deutschen Kolonisten in Pennsylvania herrschte

**der Glaube, dass die Eier in einem Vogelnest faulen, wenn man hineinatmet.** In Mecklenburg verbietet es der Volksbrauch, in den Backöfen zu blasen, da sonst das Brot nicht gerate. Vielleicht kommt die schädliche Wirkung des Anblasens auch in der weitverbreiteten Redensart von den Krankheiten, die einen »anfliegen«, zum Ausdruck.

Der zweiten Gruppe von Vorstellungen über die Wirkung des Atems im Heilaberglauben liegt die Meinung zugrunde, dass durch das Anblasen oder durch das Ausatmen gewisse schädliche Wesen oder Stoffe aus dem Körper entfernt würden. Dies zeigt sich vor allem in den Berichten und bildlichen Darstellungen vieler Exorzismen, bei denen der das Leiden bewirkende böse Geist im Atem des Erkrankten aufgeht. Umgekehrt sollte aber auch in manchen antiken Bräuchen (z. B. bei den Agyptern) das Anblasen des Kranken durch den Priester die Austreibung des Krankheitsdämons erleichtern. Bei den alten Germanen versuchten die Priester sogar, die den Kopf verursachenden Geister durch Anblasen aus der Geschwulst zu jagen. Bis in die neueste Zeit hat sich in vielen Gegenden Deutschlands der Glaube erhalten, man könne sich von Zahnschmerzen befreien, indem man ein Rasenstück ausslicht, auf dessen Unterseite haucht und das Stück dann schnell wieder an seiner ursprünglichen Stelle einsetzt. Von einem eigenartigen Brauch, eiternde Geschwüre wegzublasen, der bei den Siebenbürger Sachsen geübt wird, wird noch im Jahre 1893 berichtet. Darnach wird dort der »Ohm« genannte Geschwürsdämon auf Grund der folgenden Vorschrift entfernt: »Man nehme eine Trompete, halte sie über das Geschwür und lasse in das Instrument hineinblasen. Der Leidende spreche unterdessen: „Heiliger Blasius, du frommer Knecht, tu mir Recht, erhör mein Gebet, treib in den Wald meinen Ohm! Ist der Leidende ein Mann, so blase ein Weib in die Trompete, und umgekehrt. Nach dem Hersagen dem Spruches aber blase die betreffende Person (nicht die leidende) mit der Trompete gegen den Wald zugekehrt einige Stöße.« In anderen Gegenden (Baden, Mecklenburg) wird häufig geglaubt, dass das Hauchen durch das Schlüsselloch der Kirchentüre Bettläger oder Fiebernde von ihren Leiden befreien könne. In Baden wird Schwangeren gelegentlich empfohlen, in eine Flasche zu hauchen, damit die Geister, die

ihren Zustand stören, dorthin gebannt würden. Am häufigsten wird das »Wegblasen« von Leiden heute noch bei kleinen Kindern geübt, denen durch das Anblasen der schmerzenden Stellen das Schmerzgefühl genommen werden soll; hier hat man es aber meist nicht mit einem abergläubischen Brauch, sondern mit einer einfachen Form von Suggestionstherapie zu tun, die allerdings ihren letzten Grund wahrscheinlich in alten abergläubischen Anschauungen haben dürfte.

Ausser den heilenden werden aber vom Atem oft auch noch andere nützliche Wirkungen erwartet. So in Schlesien, wo das Blasen auf den Brotanbiss oder auf den Löffel vor Vergiftung schützen soll; in der Oberpfalz bläst man zu dem gleichen Zwecke in den Brunnen, während man in Baden zu diesem Behufe das Trinkglas dreimal unter Anrufung der Heiligen Dreifaltigkeit anhaucht. In Mecklenburg pflegen die Ammen in die Mützchen der Neugeborenen zu blasen, um die bösen Geister zu vertreiben, die sich dort festgesetzt haben könnten.

Da die Bedeutung der Lunge für den Atmungsvorgang verhältnismässig spät erkannt wurde, spielt sie auch im volkstümlichen Heilaberglauben eine geringere Rolle als andere innere Organe, wie z. B. Herz oder Gehirn. Nach dem Prinzip, Gleches mit Gleichen zu heilen, werden die Lungen verschiedener Tiere in den mannigfaltigsten Formen als Heilmittel gegen »Lungensucht« verwendet; auch in den gegen dieses Leiden angewandten Beschwörungsformeln wird die Lunge — meistens in Verbindung mit anderen Organen — genannt. Unter den in den Kirchen so häufig anzutreffenden Volksgebräuchen, die an überstandene Leiden erinnern, finden sich vielfach auch die Nachbildungen innerer Organe, die vom Volke »Lungeln« genannt werden, obwohl sie meistens nicht speziell die Lunge, sondern irgend ein inneres Organ darstellen, in dem der Volksbrauch die Ursache der Krankheit vermutet; gelegentlich finden sich aber auch Weihgeschenke, in denen deutlich Lungen zu erkennen sind, wenn sie auch nach den primitiven Vorstellungen geformt sind, die sich das Volk von dem die Atmung bewirkenden wichtigen Organ machte.

(«Ciba-Zeitschrift».)

## Atemnot

Von Dr. P. E. STEELE

Eine der unangenehmsten Störungen, die ein Mensch erleben kann, ist es, wenn er keine Luft bekommen kann, d. h. wenn er krampfhaft sich bemühen muss, um den zum Leben unentbehrlichen Sauerstoff der Luft in seine Lungen zu bringen. Es gibt verschiedenartige Grade der Atemnot und des Lufthuners; die höchsten sind sehr beängstigend und aufregend auch für die Umgebung —, aber auch die niedrigeren Grade verdienen Aufmerksamkeit, weil sie ein Zeichen sind, dass etwas im Körper nicht in Ordnung ist.

Atemnot kann auch im normalen Körper bei

### starker körperlicher Anstrengung

aufreten. Die Muskeln arbeiten kräftig und übermäßig, sie verbrauchen dabei den Sauerstoff, der mit dem Blut an sie hingekommen ist. Sie rufen nach neuem Sauerstoff, nach mehr Sauerstoff; zu diesem Zweck muss das Herz rascher und kräftiger arbeiten, um das Blut erst in die Lungen zu pumpen, wo es mit dem Sauerstoff der Atmungsluft versorgt wird, und von den Lungen aus zu den Muskeln zu befördern. Um den starken Anforderungen des Blutes nach Sauerstoff in den Lungen gerecht zu werden, muss auch mehr und häufiger eingetaucht werden. Alle Atmungsmuskeln helfen zusammen und arbeiten kräftiger, um den Brustkorb zu erweitern: Zwerchfell, Rippenmuskeln usw. —, und der ganze Vorgang erscheint unter dem Bild einer Atemnot. Sie ist sofort beseitigt, sobald der Körper wieder in Ruhe gekommen und dadurch der Mangel an Sauerstoff im Blut ausglichen ist.

Solche Erscheinungen sind natürlich durchaus als normal zu bezeichnen. Nicht normal dagegen ist es, wenn solch erhöhter Lufthunger schon bei geringen Anstrengungen oder gar in der Ruhe auftritt. Es ist oft das erste erkennbare Zeichen einer

### Herzstörung.

wenn ein Mensch schwer atmen muss, wenn er nur ein paar Treppen gestiegen ist oder ein paar hundert Meter weit gegangen ist. Er muss stehen bleiben, um tief Luft zu holen, oder er geht ans Fenster und öffnet es, um frische (d. h. sauerstoffreiche) Luft einzutauen. Wenn das Herz aus irgend einem Grunde nicht richtig arbeitet, wenn sein Muskel zu schwach pumpt und vorwärts treibt, dann kommt in der

Zeiteinheit zu wenig Blut in die sauerstoffhaltigen Lungen. Das Blut ist dann nicht reich genug an Sauerstoff, und alle Zellen und Organe, an denen es vorbeifließt und die es durchströmt, empfinden das. Diese Empfindung tut sich ebenfalls als Lufthunger kund, und die eintretende Atemnot heisst: schickt uns mehr Sauerstoff, wir brauchen ihn notwendig.

Diese Atemnot kann leichten Grades sein und nur in mehrmaligem tiefem Einatmen bestehen — oder sie kann starke Grade annehmen, mit blaurötlicher Verfärbung von Lippen und Gesicht —, ein Zeichen, dass das Blut seine normale Beschaffenheit verändert hat, zu wenig Sauerstoff enthält und zu viel Kohlensäure, die mit der Ausatmungsluft ausgeschieden wird. Wenn jemand zuweilen etwas Atemnot hat, braucht das so wenig bedeutungsvoll zu sein, wie wenn jemand zuweilen Herzschlag verspürt. Nur wenn es sich häuft und stärker wird, ist eine Untersuchung notwendig. Vorübergehende Schwäche des Herzens kann die Ursache sein: nach Überanstrengung, ungenügendem Schlaf, einer Magen- oder Darmstörung. Auch nach langen Krankheiten bleibt während der Genesungszeit häufig noch längere Zeit eine Schwäche bestehen, die sich in Form von Atemnot äussert.

Oftmals wird Atemnot durch

### chronische Darmtrügheit

hervorgerufen. Der gefüllte Darm schiebt in solchen Fällen mechanisch das Zwerchfell nach oben, und dadurch wird Herzschlag und Atmung beeinträchtigt. Ein Darm-Einlauf beseitigt die Atemnot hier oft mit einem Schlag; freilich ist es nötig, weiterhin in geeigneter Weise für Anregung der Darmtätigkeit zu sorgen.

Bei Störungen im Herzen selbst, sei es in seinem Muskel, den Kranzgefäßen, seinen Klappen usw., ist Atemnot häufig vorhanden. Bei allen Atemnotzuständen, die mit dem Herzen zusammenhängen, ist Ruhe die wichtigste Voraussetzung. Dabei kann sich das Herz erholen, seine Kraft wieder gewinnen und den Sauerstoffbedarf des Blutes besser regeln. In anderen Fällen ist allmähliches Training der Herzkraft nötig, durch vorsichtige Körperübungen, langsam steigenden Sport, Badekuren, aber auch durch medikamentöse Behandlung, die kräftigend auf den Herzmuskel einwirkt.

Im mittleren und höheren Lebensalter kommt es häufig zu Anzeichen von Atemnot, die keine besondere Bedeutung haben. Ein Mann kann sich etwa nicht daran gewöhnen, dass er nicht mehr so hoch