

**Zeitschrift:** Actio humana : das Abenteuer, Mensch zu sein  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 100 (1991)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Haben sie einen guten Riecher?  
**Autor:** Bachmann, Christian  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553869>

#### **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:** 06.02.2026

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

# HABEN SIE EINEN GUTEN RIECHER?

In unserem Testspiel laden wir Sie ein, in Ihrem Gedächtnis zu rubbeln. Der Psychologe Trygg Engen hat in Experimenten nachgewiesen, dass Gerüche in unserem Gedächtnis ausserordentlich gut haltbar sind. Er hat bei seinen Versuchspersonen die Erinnerung an Bilder und Gerüche verglichen. Im Kurzzeitgedächtnis lagen die Bilder weit an der Spitze: Innerhalb von Minuten wurden 99,7% der Bilder und weniger als 70% der Gerüche ins Gedächtnis zurückgerufen. Aber schon nach ein paar Tagen sank die Bilderinnerung rapide gegen Null ab, während die Gerüche noch nach einem Jahr zu über 60% erinnert wurden. Um festzustellen, ob Sie einen guten Riecher haben, genügt es also, die Gerüche aus Ihrem Speicher abzurufen.

Halten Sie diese bedruckte Seite unter Ihre Nase. Was Sie riechen, ist ein komplexes Geruchsgemisch, zusammengesetzt aus dem Lösungsmittel und den Farbpigmenten der Druckerschwärze und aus den Substanzen, mit denen das gestrichene Papier behandelt wurde, damit ein qualitativ hochwertiger Druck möglich wird; ausserdem ist da noch der Geruch des Papiers selbst. Schnuppern Sie zum Vergleich an Ihrer Tageszeitung. Sie riechen den Unterschied sofort. Dies ist auch schon der einzige unmittelbare Geruchstest, den wir Ihnen hier anbieten können. Zwar wäre es technisch möglich, mikroverkapselte Geruchsstoffe auf Papier zu drucken, aber das kam aus Kostengründen nicht in Frage.

Doch diese Einschränkung braucht uns nicht weiter zu stören. Der menschliche Geruchssinn ist so angelegt, dass auch eine «Trockenübung» Spass machen und einiges über Ihren Riecher aussagen kann.

BITTE UMBLÄTTERN

FOTO: SUPERSTOCK/INCOLOR



# HABEN SIE EINEN GUTEN RIECHER?

Das hängt damit zusammen, dass der Geruchssinn zu den ältesten Sinnen gehört und deshalb eng mit dem limbischen System verbunden ist. In diesem uralten Hirn- teil – der zum Beispiel bei Reptilien fast das gesamte Hirn umfasst – spielt sich die nervliche Seite unseres Gefühlslebens ab. Alles, was aufregend, lustvoll oder beängstigend ist, prägt sich der Erinnerung besonders gut ein. Eng verbunden mit solchen Erinnerungen sind auch bestimmte Gerüche, die über Jahre im Gedächtnis haften bleiben und wieder «geweckt» werden können.

Machen Sie doch einmal die Probe aufs Exempel, und stellen Sie sich eine Situation aus Ihrem Leben vor, die einige Zeit zurückliegt. Bestimmt fallen Ihnen dabei ganz bestimmte Gerüche ein. Sie werden diese kaum mit Worten beschreiben können. Doch die Empfindung, «wie es gerochen hat», ist auf der Gefühlebene ganz direkt vorhanden, so als hätte der Geruch in Ihrer Erinnerung einen Abdruck hinterlassen. Umgekehrt wecken bestimmte Gerüche die Erinnerung an Erlebnisse, die mit ihnen verbunden sind.

Sicher wird es Ihnen nicht schwerfallen, sich den Duft einer Rose vorzustellen, auch wenn gerade keine solche neben Ihnen steht. Rosenduft gehört zur grossen Gruppe der «Blumendüfte», die wiederum mit den «fruchtigen» Gerüchen – Apfel, Birne, Erdbeere – verwandt sind, wobei Apfel und Birne enger zusammengehören als Apfel und Erdbeere. In unserem Bewusstsein ist also eine ganze «Geruchslandschaft» gespeichert, in die wir jeden Geruch mehr oder weniger gut einordnen können.

Geschmack und Geruch sind vor allem eine Frage des Masses – genauso wie die Dosis das Gift macht. Nicht von ungefähr nennt man Geruch und Geschmack auch die «chemischen Sinne»: Sie leisten die lebenswichtige Unterscheidung zwischen geniessbar und ungeniessbar. Übelriechendes bekommt uns nicht. Der Knollenblätterpilz beweist zwar, dass auch Giftiges gut schmecken kann. Diese Ausnahme unterstreicht aber nur, wie gut unsere chemischen Sinne in der Regel funktionieren.

Rosen- oder Fliederduft, hochkonzentriert auf Flaschen gezogen, riecht alles andere als angenehm. Umgekehrt riecht Skatol, ein Fäulnisprodukt, in geringen Konzentrationen angenehm blumig; erst in höherer Konzentration beginnt es unseren Ekel zu erregen. Ein anderer übelriechender Stoff ist Merkaptan. Ist man ihm aber längere Zeit ausgesetzt, dann gewöhnt sich die Nase daran und beginnt den Geruch sogar als angenehm ätherisch zu empfinden! «Übelriechend» ist also keine eigentliche Geruchskategorie, sondern abhängig von der Duftkonzentration.

Gerüche, denen wir dauernd ausgesetzt sind, nehmen wir mit der Zeit nicht mehr wahr. So können sich mehrere Personen in einem Raum aufhalten, und niemand bemerkt, dass

die Luft immer schlechter wird. Die Aufforderung zum Lüften kommt dann meistens von einer Person, die später eintritt. Anders als mit diesem Gewöhnungseffekt sind die Parfumsitten am Hofe Ludwigs des Vierzehnten wohl kaum zu erklären. Die Höfschranzen und nach ihrem Vorbild auch die Aristokraten in ganz Europa pflegten sich nämlich nicht zu waschen. Statt dessen deckte man den penetranten Körpergeruch mit noch penetranteren Parfums zu. Besonders beliebt war Moschus – in seiner Urform, nicht wie heute hinter Blumendüften maskiert. In jener höfischen Gesellschaft soll es etwa so gerochen haben wie unmittelbar neben dem Raubtierkäfig in einem Zoo oder Zirkus.

In vielen Büchern und Zeitschriftenartikeln ist zu lesen, der menschliche Geruchssinn sei ziemlich verkümmert. Als Vergleichsmassstab dient immer wieder der Schäferhund, dessen Nasenschleimhaut zwanzigmal dichter mit Riechzellen besetzt ist als die menschliche. Dies ist etwa so, als würde man die Leistung eines Freizeitsportlers an der des Weltmeisters messen. Hunde gehören, was das Riechvermögen betrifft, zu den Weltmeistern im Tierreich. Nur gewisse Insekten sind auf einzelne Substanzen, sogenannte Sexuallockstoffe, noch empfindlicher. Wir Menschen befinden uns mit unserem

## 1 LAVENDEL

Ein Beutelchen in der Wäscheschublade weckt Kindheitserinnerungen; Grossmutter's Parfum.

## 2 NARZISSEN

Sie spazieren durch ein Narzissenfeld oder riechen an einem Strauss.

## 3 LIMETTEN

Sie drücken auf ein Limetten-Schnitzchen, das im Getränk war, und riechen an der Schale.

## 4 HOLZ

Sie stehen im Wald und riechen den Duft, der von einer frisch gefällten Tanne ausgeht.

## 5 JASMIN

Sie sitzen in der Abenddämmerung neben einem blühenden Jasminstrauch, der Nachtfalter anlockt.

## 6 PFEFFERMINZE

Frisch getrocknete Pfefferminzblätter, Mentholgeruch von Zahnpasta.

## 7 LEDER

Sie riechen im Laden an einer Lederjacke oder einer neuen Handtasche.

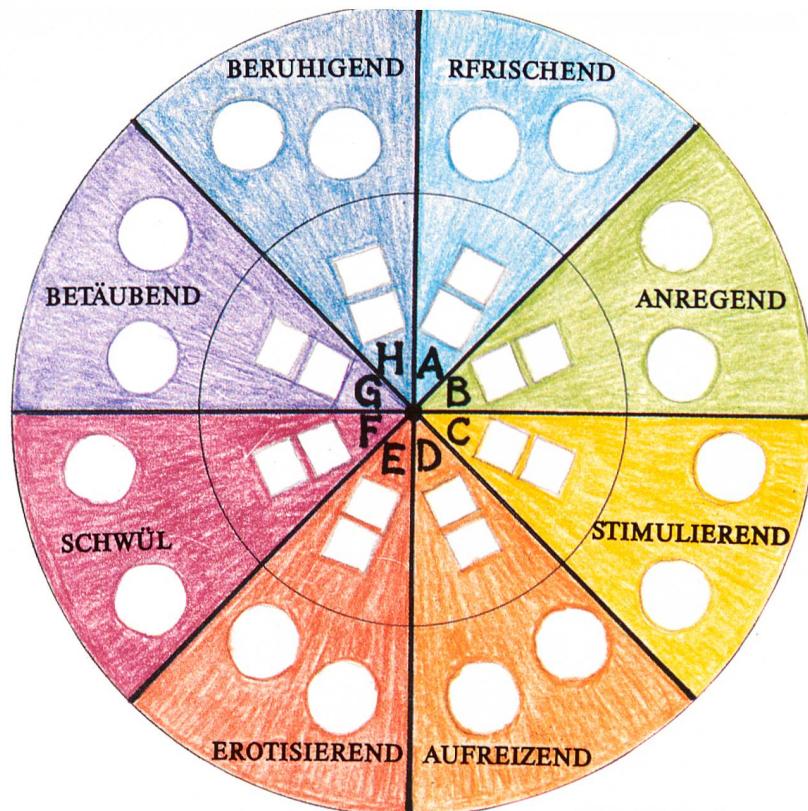
## 8 MAIGLÖCKCHEN

Sie stecken die Nase tief in einen Mai- glöckchenstrauss und atmen den Geruch ein, bis...

Riechvermögen durchaus im Mittelfeld. Wer an den entsprechenden Laborergebnissen zweifelt, wird sich vielleicht von den Umsätzen der Parfumindustrie überzeugen lassen. Ohne künstliche Aromen kommt kaum ein industriell verarbeitetes Lebensmittel mehr aus, und auch die Frischluft in vielbenutzten Räumen wird parfümiert. Es gibt sogar einen Duftspray, der einem alten Auto den Geruch eines neuen verleiht.

Jeder Geruch löst bestimmte Gefühle und Empfindungen aus, auch wenn wir uns dessen nicht bewusst sind. Gerüche können anregen oder beruhigen, sie können betören, betäubend, erotisch reizen oder Ekel auslösen. Vieles davon ist stimmungsabhängig. So wird einem hungrigen Menschen bei der Vorstellung eines fettriefenden Bratens das Wasser im Munde zusammenlaufen, während die gleiche Vorstellung nach einer üppigen Mahlzeit Brechreiz erzeugen kann.

Unser Geruchskompass basiert auf dem Geruchswirkungsschema des Parfumeurs Paul Jellinek. Nach Jellinek lassen sich alle Gerüche auf einem Achsenkreuz anordnen, das vier Geruchsrichtungen umfasst, von denen je zwei polar gegensätzlich sind: stimulierend und betäubend, erfrischend und erotisierend. Zwischen diesen vier Hauptgeruchsrichtungen liegen Übergänge, was schliesslich nebenstehendes Schema ergibt:



**0 bis 32 Punkte**  
Die Welt der Gerüche ist Ihnen ein Buch, das mit sieben hermetischen Siegeln abgeschlossen ist. Brechen Sie diese doch auf, es lohnt sich!

**33 bis 40 Punkte**  
Ihre geruchssinnliche Karriere haben Sie noch vor sich. Versuchen Sie, die Gerüche Ihrer Umwelt bewusst wahrzunehmen. Spüren Sie, was Sie dabei erleben.

**41 bis 48 Punkte**  
Alle Achtung, Ihre Nase lässt sich nur selten an dieser herumführen. Sie dürfen sich ruhig ein bisschen mehr auf sie verlassen. Erschliessen Sie sich neue Dimensionen!

**49 bis 56 Punkte**  
Gut gerochen! Ihr Vorstellungsvormögen für Gerüche ist bestens entwickelt. Dies lässt auf vielfältige, intensiv erlebte Erfahrungen schliessen.

**57 bis 64 Punkte**  
Sie haben einen beneidenswerten Reicher! Entweder Sie sind Parfumeur, oder es ist ein solcher an Ihnen verlorengegangen.

## 9 MOSCHUS

Sie tragen ein «Musk»-Parfum oder verwenden ein entsprechendes Rasierwasser.

## 10 MUSKAT

Sie reiben Muskatnuss über ein Gericht, um ihm den letzten Schliff zu geben.

## 11 NELKE

Sie zerreiben eine Gewürznelke zwischen den Fingerbeeren und riechen daran.

## 12 ROSMARIN

Ein frisch geschnittenes Rosmarin-Zweiglein oder ein nach Rosmarin duftendes Schaumbad.

## 13 HAUTGERUCH

Sie schnuppern am Haaransatz hinter dem Ohr einer geliebten Person.

## 14 TABAK

Sie halten die Nase über eine frisch geöffnete Packung Pfeifentabak.

## 15 VEILCHEN

Auf dem Spaziergang entdecken Sie ein Veilchen und schnuppern daran. Vielleicht verwenden Sie ein Toilettenwasser mit Veilchenduft.

## 16 WEIHLAUCH

Der Weihrauchkessel kommt in der Kirche nahe an Ihnen vorbei; oder Sie brennen neben sich ein Weihrauch-Räucherstäbchen ab.

## SPIELANLEITUNG

Im Geruchspiel, zu dem wir Sie hier einladen, geht es darum, die 16 angeführten Gerüche in den Kompass einzutragen. Je zwei gehören in jedes der acht Felder A bis H. Schliessen Sie jeweils kurz die Augen, und holen Sie sich den Geruch aus der Erinnerung. Das geht, wenn Sie sich nicht verkrampen, leichter als Sie denken. Öffnen Sie die Augen, und schreiben Sie dann die Nummer des Geruchs in einen der Kreise des Feldes, dem Sie ihn spontan zuordnen. Erst wenn Sie alle 16 Gerüche eingetragen haben, blättern Sie auf Seite 50 und übertragen von dort die Nummern, wie sie die Aromaspezialisten zugeteilt haben, in die Quadrate der Felder A bis H. Jetzt können Sie sich Punkte geben: 4 für jeden Volltreffer und je einen weniger für jede Abweichung um ein Feld. Mit anderen Worten: Erst wenn Ihre Bewertung genau entgegengesetzt ist, haben Sie 0 Punkte. Die Bewertungstabelle hilft Ihnen, Ihre Punktzahl zu errechnen.

**Feld A**  +  =

**Feld B**  +  =

**Feld C**  +  =

**Feld D**  +  =

**Feld E**  +  =

**Feld F**  +  =

**Feld G**  +  =

**Feld H**  +  =

**Total**