

## Tränen lachen



DEUTSCH-TO-GO.DE

Lachen muss man nicht lernen. Schon Neugeborene, die noch nichts sehen können, strahlen oft übers ganze Gesicht. Vermutlich haben bereits die ersten Menschen gelacht und damit anderen signalisiert, dass sie friedliche Absichten haben. Ein Signal, das auch heute noch das Zusammenleben so viel einfacher macht.

Im Gehirn gibt es in einem Bereich, der bereits sehr früh in der Evolution entstanden ist, eine eingebaute Lachfunktion. Und bei einem Lachanfall kann es passieren, dass Menschen die Kontrolle über die Muskeln in ihren Beinen oder in ihrer Blase verlieren: Kleine Kinder kippen vor Lachen manchmal um. Und sogar Erwachsene können sich vor Lachen noch in die Hose machen.

Wenn man Tränen lacht, sagt man im Deutschen: *Man lacht sich kaputt, man lacht sich krank* oder *man lacht sich tot*. Das klingt alles nicht gerade gesundheitsfördernd ... Aber ein Sprichwort sagt: „Lachen ist die beste Medizin“ und einige Ärzte behaupten sogar, Lachen ist wie Joggen im Sitzen.

(153 Wörter)

Auch auf deutsch-to-go: [Lachen ist gesund](#)

(Ingrid Plank für [www.deutsch-to-go.de](http://www.deutsch-to-go.de) – in Anlehnung an: Hanno Charisius, „Ich mach mich nass“, <https://www.sueddeutsche.de/leben/lachen-ich-mach-mich-nass-1.2521518> - Seitenaufruf 04042020)