



ILLUSTRATION: PETER WANNER / FOTOS: MEV

Mozartsonaten auf der Intensivstation

Die positive Wirkung von Musik wird heute auch in der Medizin bei der Behandlung unterschiedlicher Krankheiten genutzt. Musiktherapie unterstützt den Heilungsprozess und kann bewirken, dass die Patienten weniger Medikamente benötigen.

von Martin Leutenegger*

Wie stark Musik Gefühle und Stimmungen beeinflusst, hat jeder schon bei sich selbst beobachtet: Klänge und Rhythmen können beruhigen, einen zum Träumen bringen oder zum Tanzen animieren. Musik hören kann aber weit mehr sein als ein persönliches Vergnügen. Ihre unmittelbare Wirkung auf Körper und Seele wird heute auch zum Wohl kranker Menschen eingesetzt. Doch kann man Musik nicht als eigentliches Heilmittel bezeichnen, erklärt Ralph Spintge, Arzt und Professor für Musikmedizin in Hamburg, der im deutschsprachigen Raum als führend auf dem Gebiet der Musiktherapie gilt. «Musik eignet sich jedoch hervorragend als Unterstützung zu anderen therapeutischen Massnahmen oder auch als Mittel zur Selbsthilfe.»

Behandlung von traumatisierten Soldaten

Zuerst wurde Musik in der Psychotherapie eingesetzt. Während und nach dem Zweiten Weltkrieg sorgte die Behandlung von kriegstraumatisierten Soldaten in den USA für Aufsehen. Die Militärbehörden hatten Mittel zur Verfügung, die es erlaubten, in Spitälern Musiktherapiestationen einzurichten. Die guten Ergebnisse, die mit der Musiktherapie erzielt wurden, hatten zur Folge, dass im ganzen Land höchst unterschiedliche Ausbildungsstätten wie Pilze aus dem Boden schossen. Um diesen «Wildwuchs» einzudämmen und wissenschaftliche Standards zu setzen, wurde 1950 in den USA die Nationale Gesellschaft für Musiktherapie gegründet, die später auch die Entwicklung in anderen Ländern beein-



FOTO: KARL-ORFF-STIFTUNG, WWW.ORFF.DE

Nicht bloss Liedlein singen

Der deutsche Komponist und Musikpädagoge Carl Orff (1895–1982) gilt als ein Wegbereiter der Musiktherapie in Europa. Er kam zur Überzeugung, dass Musikunterricht in der Schule nicht bloss darin bestehen sollte, «Liedlein zu singen». Vielmehr verstand Orff Musikerziehung als ganzheitliche Verbindung von Tanz, Rhythmusspiel und Sprache. Aus diesem Ansatz heraus entwickelte Orffs Ehefrau Gertrud Willert (1914–2000) die Musiktherapie als selbstständigen Bereich weiter, speziell für Kinder mit Entwicklungsstörungen und Behinderungen.

flusste. Sie definiert Musiktherapie als gezielten Einsatz von Musik im Rahmen der therapeutischen Beziehung, um die seelische, körperliche und geistige Gesundheit wiederherzustellen, zu erhalten und zu fördern.

Als später Forscher aus der Medizin die Wirkung von Musik untersuchten, stellten sie fest, dass Klänge in derselben Gehirnregion verarbeitet werden, die auch das Belohnungssystem steuert. Weiter zeigte sich, dass bei Personen, die angenehme Musik hören, mehr Dopamin, ein Botenstoff, der für Glücksgefühle sorgt, ausgeschüttet wird und der Körper vermehrt Endorphine, das sind körpereigene Opiate, die unter anderem Schmerzen lindern, freisetzt.

Herzinfarktpatienten profitieren von Musik

Ein Schweizer Pionier auf dem Gebiet der Musiktherapie ist der Walliser Arzt Joseph Escher. Bereits 1989 wandte er Musik bei der Behandlung von Herzinfarktpatienten an. Dabei richtete er sich vorwiegend nach dem persönlichen Geschmack seiner Patienten. Zur Anwendung kamen in der Regel Volksmusik und klassische Musik, seltener Rock oder Pop. Escher konnte beobachten, dass gezielt eingesetzte Musik die Patienten beruhigt, ihnen die Angst nimmt, das Schmerzempfinden dämpft und ihr Immunsystem stärkt. Weiter berichtet der Walliser Arzt über die Wirkung von Musik auf Patienten, bei denen eine Magenspiegelung durchgeführt wurde. Diese Untersuchung ist sehr unangenehm und deshalb gefürchtet. Bei Patienten, die während der Untersuchung Musik hörten, stellte er einen deutlich geringeren Anstieg der Stresshormone Cortison und ACTH (adrenokortikotropes Hormon) fest als bei einer Kontroll-

gruppe, welche die Prozedur ohne musikalische Unterstützung durchstehen musste. Joseph Escher liess sich später in Wien in multimedialer Kunsttherapie ausbilden und ist heute im Ruhestand. Sein Beispiel machte Schule und die Musiktherapie ist heute an verschiedenen Schweizer Spitälern fest etabliert.

Unaussprechliche Gefühle ausdrücken

Auch bei Patienten mit Hautkrankheiten wird Musiktherapie mit Erfolg eingesetzt. Sie wird hier vor allem als Hilfsmittel in der Kommunikation zwischen Therapeutin und Patient genutzt. Menschen mit Hautkrankheiten falle es oft schwer, ihre Gefühle zu zeigen, weiss die erfahrene Musiktherapeutin Gerlind Rödiger. Durch passives Hören von Musik wie auch durch aktive Therapie mit Musik lernen die Patienten, «unaussprechliche» Gefühle wie Wut, Trauer, aber auch Freude, durch Musik auszudrücken. Erleichtert die Musik den Zugang zu Patienten oder wirkt sie sich positiv auf den Heilungsprozess aus? Beides, antwortet Daniela Münch, die ebenfalls lange mit Dermatologiepatienten gearbeitet hat. Gerade bei Hauterkrankungen bestehe eine enger Zusammenhang zwischen Körper und Seele.

In Kanada wird Musik seit Jahren erfolgreich in der Pflege von Alzheimer-Patienten angewendet. Unter diesen Patienten befinden sich auch Einwanderer, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse durch die Erkrankung verloren haben. Mit Musik als universelle Sprache können alle Patienten erreicht werden, unabhängig von ihrer Herkunft. Generell kann Musik bei Alzheimer-Patienten ein Gefühl von Vertrautheit in einer nicht vertrauten Umgebung schaffen. Besonders geig-

net ist Musik, die bei ihnen positive Erinnerungen an ihre jungen Jahre weckt.

Musiktherapie vor und nach Operationen

Bewährt hat sich die Musiktherapie auch in den medizinischen Bereichen Gynäkologie, Pädiatrie, Chirurgie und Neurologie. Claudius Conrad, Arzt und Musikwissenschaftler an der Universität München, hat insbesondere die Wirkung von Mozart-Klaviersonaten auf schwerstkranke Intensivpatienten untersucht. Patientinnen und Patienten, die sich plötzlich auf der Intensivstation wiederfinden, leiden häufig nicht nur an ihren Verletzungen oder ihrer Erkrankung, sondern auch an Wahrnehmungsstörungen, Angst, Aggression oder Verwirrtheit. Die klassische Musik hilft ihnen, mit dieser ungewohnten Situation besser zurechtzukommen.

Noch sei die Wirkung von Musik nicht im Detail geklärt, so Conrad, doch man wisse, dass es zu einer erhöhten Ausschüttung an Endorphinen, den körpereigenen Morphinen komme. Die Folgen seien eine langsamere Herzfrequenz, eine ruhigere und regelmässige Atemfrequenz und ein niedrigerer Blutdruck.

Die nachweisbare Wirkung von Musik auf den Körper führt auch dazu, dass beispielsweise durch eine musiktherapeutische Behandlung vor und nach Operationen bis zur Hälfte der sonst benötigten Schmerz- und Beruhigungsmittel weggelassen werden können. «Allein im Narkosebereich», so Spintge, «haben wir so viel eingespart, dass wir die Investitionen in unsere Musikanlage innert vier Jahren zurückverdienen konnten.»

*Martin Leutenegger ist freier Journalist und lebt in Urtenen-Schönbühl (BE).