

Kongressnotiz

Lieblingsmusik gut fürs Herz

Das Hören der Lieblingsmusik verbessert bei Patienten mit Koronarerkrankung die endotheliale Funktion, am besten in der Kombination mit Training, wie Prof. Dr. Marina Deljanin Ilic, University of Nis, Serbien, berichtete. Die vorliegende Studie evaluierte bei 74 Patienten den Effekt der Musik anhand verschiedener Marker und überprüfte die körperliche Belastbarkeit zu Beginn und Ende der Studie.

Die Patienten absolvierten entweder drei Wochen lang ein Aerobictraining (T), hörten 30 Minuten täglich ihre Lieblingsmusik (M) oder beides (TM). Die Verbesserung der endothelialen Funktion war in der Gruppe mit Training und Musik am grössten und ging mit einer signifikanten Verbesserung der Belastungskapazität von 19 (M) bis 39 Prozent (TM) einher, so Ilic. Sie erklärt die positiven

Auswirkungen auf die Gefässe durch die Ausschüttung von Endorphinen oder Endorphin-ähnlichen Substanzen, mit der das Gehirn auf die Lieblingsmusik reagiere. Sie empfiehlt das Hören von Musik – ob allein oder in Kombination mit Bewegung – als Bestandteil der Rehabilitation von Koronarerkrankungen. Eine musikalische Empfehlung allerdings gibt es nicht, am besten sei die Musik, die glücklich mache oder zur Entspannung beitrage.

Mü

M. Deljanin Ilic et al. Music as additional therapeutic option to exercise training for endothelial dysfunction in patients with stable coronary artery disease. Abstract 3806, präsentiert am ESC-Kongress, 31. August bis 4. September 2013 in Amsterdam.