

Deutsche Welle, 26.07.09

## **Aus Klang kommt Heilkraft - wie Musiktherapie bei Schlaganfall wirkt**



**Funktionelle Musiktherapie unterstützt die klinische Behandlung mit messbaren Effekten z.B. auf Atemrhythmus, Herzfrequenz, Blutdruck, Schmerzempfinden. So gelingt es zum Beispiel, bei der Geburtshilfe durch Entspannung und Krampflösung Schmerzen zu lindern. Oder bei Operationen Narkosemittel einzusparen.**

Bei Musiktherapien unterscheidet man solche, wo der Patient nur zuhört (Wahrnehmungs-, oder Hörtherapie) und solche, wo er selbst ein Instrument spielt (aktive Musiktherapie).

Die funktionelle Musiktherapie ist häufig eine aktive Musiktherapie. Diese Art der Therapie beschäftigt sich mit dem Gestalten von Klängen und dem Kreieren von Musik, im Sinne von Singen und Instrumentalspiel. Der Therapieraum mit seinen Bewegungsmöglichkeiten, Instrumenten und anderen Utensilien steht dabei als Aktionsfeld zur Verfügung. Wichtig bei der aktiven Musiktherapie ist, dass in den unterschiedlichen Klängen das innere Erleben des Patienten seinen konkreten Ausdruck finden soll. Dabei ist absolut unwichtig, ob das jeweilige Instrument schön klingt oder in seiner konventionellen Spielweise gespielt wird. Wichtig ist allein der Mut zum Improvisieren. Das zeigt auch, dass Patienten der Musiktherapie weder musikalisch begabt sein müssen, noch musikalische Bildung, in welcher Form auch immer, genossen haben müssen.

### **Von Musikern lernen**

Von Musikern weiß man, dass sie die komplexen Bewegungen ihrer Hände in Millisekunden mit ihrem Gehör koordinieren müssen, d.h. ihr Gehör muss die Fertigkeit ihrer Finger in Echtzeit kontrollieren. Durch das Spiel auf einer Geige oder auf dem Klavier entstehen neue Nervenverbindungen, die nach und nach ein feines Netzwerk im Gehirn bilden. Dadurch wachsen die Regionen für Gehör und Fingerfertigkeit. Die enorme Wandlungsfähigkeit des Gehirns bleibt ein Leben lang erhalten, das zeigen Versuche mit erwachsenen Klavieranfängern. Schon nach 20-minütigem Üben lassen sich bei diesen neue Nervenverbindungen nachweisen: Großhirnbereiche für Hören, Sinneswahrnehmung und Bewegung verknüpfen sich verstärkt.

### **Neue Musiktherapie bei Schlaganfall**

Basierend auf diesen Erkenntnissen haben Therapeuten und Musiker der Hochschule für Musik und Theater Hannover ein Training für die Rehabilitation von Schlaganfallpatienten entwickelt. Denn alleine in Deutschland erleiden rund 150.000 Menschen jährlich einen Schlaganfall. Viele davon haben in der Folge mit bleibenden Schäden und Behinderungen zu kämpfen.



Die Musiktherapie hilft Schlaganfallpatienten, ihre motorischen Störungen zu überwinden.

Die neue Musiktherapie motiviert die Betroffenen beim Bewältigen ihrer motorischen Störungen und soll den Patienten helfen, schneller wichtige Bewegungs-funktionen zurück zu erlangen. Die Studie der Therapeutin Sabine Schneider hat gezeigt, dass schon nach drei Wochen die Bewegungen der Schlaganfallpatienten präziser werden. Dr. Sabine Schneider: "Es ist so, dass durch die musikunterstützte Therapie die Bewegungen des Patienten einfach schneller werden. Für den Alltag bedeutet das: Der Patient kann schneller seinen Alltag bewältigen, bestimmte Tätigkeiten, grobmotorische Tätigkeiten, wieder viel zügiger ausführen. Sei es Kartoffel schälen, sei es bestimmte Gegenstände wegstellen." Außerdem schneidet das musikalische Trainingsprogramm gegenüber konventionellen Therapien deutlich besser ab. Mittlerweile wird die neue Musiktherapie in zwei großen deutschen Universitätskliniken bei Schlaganfallpatienten eingesetzt.

### **Die Heilkraft der Musik aus wissenschaftlicher Sicht**

Wissenschaftlich bewiesen sind bereits einige Wirkungen der Musik auf den Menschen. Musik beeinflusst den Atemrhythmus, sie beruhigt den Herzschlag oder regt ihn an.

Durch das Hören oder Spielen entspannender Musik können Gehirnströme beruhigt werden. Musik kann die Aufmerksamkeit und Konzentration steigern und kreative Denkprozesse fördern. Ein Beispiel, der Mozarteffekt: Dieser Begriff geht auf kalifornische Studien zurück, die zu Beginn der 90er Jahre von Frances H. Rauscher und ihren Mitarbeitern am Center for the Neurobiology of Learning and Memory in Irvine durchgeführt wurden. 36 Psychologie-studenten bekamen zehn Minuten lang eine Mozart-Sonate zu hören. Anschließend verbesserte sich ihr räumliches Denkvermögen auf der IQ-Skala um etwa neun Punkte - wenn auch nur für kurze Zeit. Nicht zuletzt senkt Musik bei manchen Menschen die Schmerzgrenze herab, bei Herzpatienten und auch Menschen mit Migräne ist das nachgewiesen.