

DIE WELT.de

17.07.2009

Musiktherapie kann beim Heilen helfen

Von *Susanne Donner*

Ein Mann sitzt am Krankenbett seiner ins Koma gefallenen Frau. Aus dem Gettoblaster in das kahle Zimmer schmettert ein Schlager. Er hält er ihre Hand. Auf einmal bemerkt er, dass ihre Finger wärmer werden. Ihr Mundwinkel zuckt. Für Fachleute ist das kein "Wunder". Mit Musik kann eine Verbindung zu Mitmenschen geschaffen werden, die anders nicht möglich ist.



Im Krankenhaus von Budweis (Tschechien) bekommen Frühgeborene eine Musiktherapie – hier nur im Experiment

Bekannte und Freunde haben die Patientin längst abgeschrieben. Seit Wochen liegt sie in tiefem Koma, die Augen geschlossen, künstlich beatmet. Nur ihr Mann klammert sich an die Hoffnung auf ein Erwachen. Jeden Tag verbringt er Stunden an ihrem Bett. Er legt ihre Lieblingslieder auf, Schlager, die er früher immer ausgeschaltet hat, spielt er nun bereitwillig ab. Während „Qué Será, Será“ aus dem Gettoblaster in das kahle Zimmer schmettert, hält er die Hand seiner Frau. Mit einem Mal bemerkt er, dass ihre Finger wärmer werden. Ihr Mundwinkel zuckt.

Zutiefst ergriffen schildert der Mann dieses Erlebnis später Hans-Helmut Decker-Voigt vom Institut für Musiktherapie der Hochschule für Musik und Theater in Hamburg. Der Experte wundert sich nicht. Durch Musik kann eine Verbindung zu Mitmenschen geschaffen werden, die anderweitig unmöglich ist, sagt Decker-Voigt. Er leitet eine Klinik, in der auch Komapatienten musikalisch betreut

werden.

Immer wieder beobachten Angehörige spontane Körperreaktionen bei den (scheinbar) zutiefst Bewusstlosen. Manchmal beschleunigt sich der Puls, der Atem geht schneller, Finger bewegen sich, oder

ein Zucken blitzt durch das Gesicht. „Wir erleben, wie unversehrt die frühen Potenziale der Musikverarbeitung im Gehirn, im Mandelkern, sind“, schildert Decker-Voigt. Erlangen Menschen dank

der Arien wieder das Bewusstsein? Der Musiktherapeut antwortet ausweichend: „Viele Menschen sind in oder unmittelbar nach der Musiktherapie zurückgekommen.“ Die Patienten erinnerten sich oft an die Klänge im Koma, beschreiben beispielsweise eine hohe Stimme oder Flötentöne. Wunder kann man jedoch nicht erwarten. Geigenklänge lassen komatöse Menschen nicht scharenweise erwachen. Jene Patientin starb, obwohl sie auf „Qué Será, Será“ reagierte.

Die Akzeptanz der heilenden Noten wächst, freut sich Decker-Voigt. Nicht zuletzt haben Neurowissenschaftler und Entwicklungspsychologen die Musiktherapie auf ein wissenschaftliches Fundament gehievt. „Dadurch wurde klar, wie Musik wirkt und wie sie Patienten helfen kann“, unterstreicht der Hamburger Experte. Neun staatliche Hochschulen bieten zurzeit Studiengänge zur Musiktherapie an.

Mehr als 2500 Absolventen verdienen bereits ihr Geld mit wohltuenden Tönen. Je nach Beschwerdebild begleiten sie die Patienten beim Hören von CDs oder lassen sie selbst zum Instrument greifen. Die Behandlungen werden also nach „rezeptiver“ und aktiver Musiktherapie unterteilt. Decker-Voigt rechnet fest damit, dass die Klangkur sich ausweiten wird. Dafür müssen die Musikdoktoren allerdings fundierte Heilerfolge vorweisen.

Ein Anfang ist allemal gemacht. Im Oktober vergangenen Jahres wurden saarländische und Heidelberger Forscher mit dem Sigrid-und-Viktor-Dulger-Preis geehrt, weil sie in Hirnscans beobachteten, wie Musik Tinnitus zurückdrängt. Nur wenige Monate vorher hatte das Deutsche Zentrum für Musiktherapieforschung in Heidelberg einen sensationellen Erfolg gemeldet: 80 Prozent der Tinnituspatienten vernahmen weniger oder keine Pfeif- und Piepsgeräusche mehr, nachdem sie in zehn

Sitzungen ausgewählte Musik zu hören bekamen und auch selbst mit dem Therapeuten ihre Stimme erhoben. Auch ein halbes Jahr nach der Behandlung blieb der Zustand stabil.

Ähnliches berichten Münsteraner Forscher. Sie komponierten die Lieblingsstücke von ihren Tinnituspatienten geringfügig um und ließen ihnen die neuen Melodien täglich zwei Stunden ins Ohr dringen. Die Eigengeräusche ließen allmählich deutlich nach.

Warum die verordneten Klänge das Piepen und Pfeifen abklingen lassen, erklären Forscher wie folgt: „Tinnitus entsteht in ganz wenigen Fällen durch eine Verletzung des Innenohrs. Fast immer entsteht das Problem im Kopf“, sagt Hans Volker Bolay, klinischer Musiktherapeut des Heidelberger Zentrums für Musiktherapieforschung. Die Nervenzellen im Hörkortex laufen bei einem Tinnitus Amok. Gemeinsam mit umliegenden Gehirnstrukturen erzeugen sie den Krach im Kopf. „Unser Gehirn ist zum Glück plastisch und veränderlich. Der Lärm kann wieder verlernt werden“, erläutert Bolay. Bewusstes Einwirken von Klängen schult das Hören neu. Das Lauschen von vertrauten und geliebten Songs ruft überdies Erinnerungen wach. Sind die Stücke mit kleinen, unbekanntem Variationen gespickt, erhöht das die Aufmerksamkeit und intensiviert das Horchtraining.

„Die Musiktherapie ist bei Rauschen im Ohr sowie bei pfeifendem oder piependem Tinnitus der Spitzenreiter, was den Erfolg der Behandlung anbelangt“, fasst Bolay zufrieden zusammen. Aber auch in der Rehabilitation nach einem Schlaganfall und bei chronischen Schmerzen habe sich Musik als Medizin in Evaluationsstudien bewährt.

Für Aufsehen sorgte eine internationale Untersuchung, unter anderem am Musiktherapiezentrum in

Heidelberg, an Schlaganfallpatienten mit einem gelähmten Bein. Während sie das Gehen übten, wurde eine Hälfte der Probanden mit Musik im Gangrhythmus beschallt. Die Übrigen trainierten im Stillen. Das

Ergebnis überraschte: Die Leisetreter erholten sich wesentlich langsamer. Die Musikgruppe konnte nach drei Wochen nicht nur flotter und ausdauernder laufen, sondern auch den Fuß besser abrollen. Der Rhythmus der Musik feuerte sie offenbar an, stets einen neuen Schritt zu tun und beschleunigte die Genesung. Die Patienten fühlten sich überdies wohler.

Allenthalben peitschen Trainer in Fitnessstudios mit lauten Bässen tagtäglich sportliche Höchstleistungen aus ihren Kunden. Man könnte den Rehabilitationszentren unterstellen, sie zögen nur

nach, wenn sie nun mit Musik ebenfalls die Bewegung unterstützen. Der Vergleich hinkt jedoch: Was in der Sportstätte undifferenziert passiert, sollte in den Händen der Therapeuten wohldosiert mit Rücksicht auf die individuellen Fähigkeiten des Patienten erfolgen.

Zugleich macht die Studie an Schlaganfallpatienten deutlich, dass nicht jedwede Musik hilft. „In den 70er-Jahren dachte man: Musik schadet nicht und tut immer irgendwie gut. Dieses unspezifische Konzept gilt heute nicht mehr“, sagt Bolay. Ein Trommelwirbel wird bei einem komatösen Patienten vermutlich keine Reaktion hervorrufen, sofern er ihm nicht vertraut ist. Umgekehrt wird „Qué Será, Será“ den Lahmen beim Gehen nur stören, wenn der Takt nicht dem Gehrhythmus entspricht, und ein Tinnituspatient, der Schlager nicht ausstehen kann, würde sich ärgern.

„Musik ist ein sehr machtvolles Instrument – denken Sie nur an Marschmusik, die die Soldaten fast automatisch in einen Gleichschritt verfallen lässt. Man kann damit Gutes tun, aber auch Schaden“, mahnt Bolay. Hörgewohnheiten, Vorlieben und das Therapieziel sollten deshalb die Klangkur bestimmen. Daher warnen Experten auch vor der musikalischen Hausapotheke – selbstredend auch im Interesse ihrer eigenen Zukunft. Musik für den seelischen Ausgleich sei zwar durchaus zu empfehlen, aber Selbstheilungsversuche mit der eigenen CD-Sammlung lehnt Bolay rundweg ab.

Während Tinnitus- und Schlaganfallpatienten CDs lauschen, müssen andere Patienten ohnehin selbst trommeln oder Klavier spielen, um Linderung zu erfahren. Diese aktive Musiktherapie ist bislang erst

wenig erforscht. Es wird ihr jedoch nachgesagt, beispielsweise eine Brücke zu demenzkranken Menschen und autistischen Kindern schlagen zu können.

Eckhard Weymann von der Fachhochschule Frankfurt am Main betreut ein Projekt, in dem Alzheimerpatienten mit einem Therapeuten, teils auch mit Angehörigen musizieren. Nicht Bachs Kantaten werden dabei einstudiert, es geht darum, ohne Können zu improvisieren, nach Herzenslust über die Tasten zu streichen. Manchmal stimmt der Therapeut am Flügel Kinderlieder an. „Es passiert, dass der Patient sich dann plötzlich erinnert und alle Strophen des Liedes singt, obwohl er sonst kaum einen klaren Satz hervorbringt. Das sorgt oft für Erstaunen.“

Immer wieder beobachtet er bei Demenzkranken Momente vollkommener Bewusstseinsklarheit in der Musiktherapie. Mitunter würde der Therapeut trotz allgemeiner Vergesslichkeit wiedererkannt. „Wir können die Krankheit nicht zurückdrängen. Aber wir können auch im fortgeschrittenen Stadium Momente der Begegnung schaffen, die auf anderen Ebenen der Kommunikation nicht mehr möglich sind“, fasst Eckhard Weymann zusammen. Wenn Sprache, Gestik und Mimik wirkungslos verhallen, dringen Rhythmus, Melodie und Ton noch immer bis zum Geist vor.

Aus demselben Motiv legt die Berliner Musikpsychotherapeutin Karin Schumacher autistischen Kindern gerne Klangschalen in die Hände. Die Betroffenen leben meist sehr zurückgezogen, können sich schlecht ausdrücken und sind von der Fülle der Sinneseindrücke überfordert. Der fehlende Kontakt zu Mitmenschen beeinträchtigt außerdem das Lernen.

Deshalb zielen viele Behandlungsverfahren darauf ab, die Kinder von ihrer Insel zu holen.

Schumacher setzt auf Musik als rettendes Schiff. Musik und Bewegung heben die Selbstbezogenheit des Kindes auf, sagt sie. Es tritt aus sich heraus, zunächst nur, um das Instrument auszuprobieren und Töne erklingen zu lassen, doch später, beim gemeinsamen Musizieren, lässt es sich mit dem Therapeuten auf eine Beziehung ein. „Nach und nach gibt es immer mehr kleine Momente der Aufmerksamkeit. Ein Blick, ein Lächeln“, schildert Schumacher ihre Erfahrung.

Die wachsende Beziehungsbereitschaft übertrage sich auf andere Personen. „Das sind für mich sehr eindrucksvolle Momente, wenn das Kind zum ersten Mal die Eltern wahrnimmt, zum Beispiel den Arm hebt, wenn sie eintreten.“ Die Therapeutin ist überzeugt: Musik macht's möglich.