dmtg Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft
MUSIKTHERAPEUTISCHE UMSCHAU

Steckbrief **Forschung**

Psychophysiologische Studie zur Erhebung der Herzratenvariabilität und Achtsamkeitssensibilisierung in der rezeptiven Musiktherapie bei Patient.innen mit depressiver Störung

Keywords: Herzratenvariabilität, rezeptive Musiktherapie, Achtsamkeit, depressive Störung

Hintergrund

Depressive Störungen sind Störungen des gesamten Organismus, die durch ein Cluster von Symptomen auf der emotionalen, kognitiven, physiologischen, motorischen, sozial-interaktiven und verhaltensbezogenen Ebene charakterisiert sind. Depressive Menschen haben darüber hinaus im Vergleich zu Kontrollpersonen eine höhere Herzfrequenz und eine eingeschränkte Herzratenvariabilität (HRV). Der mögliche Zusammenhang wird umso deutlicher, je ausgeprägter die Depression ist.

Hier setzt die rezeptive Musiktherapie mit einleitender Achtsamkeitssensibilisierung an, denn rezeptive Musiktherapie kann bei der Linderung von Stress und Förderung der Entspannung durch Veränderung der Funktion des Vegetativums wirksam sein.

Forschungsfragen

I. Wie verändert sich der vegetative Tonus durch die rezeptive Musiktherapie?

a) Ist mit einer Zunahme parasympathischer Aktivität und einer Abnahme sympathischer Aktivität zu rechnen?

b) Gibt es verstärkende Auswirkungen auf die Koordination zwischen den Körperrhythmen wie Herzschlag und Atmung?

II. Verändert sich das Schlafverhalten im unmittelbaren Anschluss an die rezeptive Musiktherapieeinheit?

III. Welche psychischen Veränderungen in Bezug auf die Aufmerksamkeitslenkung (Achtsamkeitssensibilisierung) sind dabei zu beobachten?

IV. Kann ein Zusammenhang mittels HRV, den depressiven Symptomen und der Achtsamkeitssensibilisierung hergestellt werden?

Methode

Bei dieser Studie handelt es sich um eine randomisierte Interventionsstudie mit Kontrollgruppenvergleich (N=40). Zur Durchführung des Vorhabens werden die Teilnehmer.innen per Zufall entweder der Treatment-, oder der Kontrollgruppe zugeordnet.

Studienpopulation: Zur Teilnahme an der Studie werden Männer und Frauen im Alter zwischen 18 und 45 Jahren mit rezidivierender depressiver Episode (ICD 10: F.33.1, F.33.2) oder mittelgradig bis schwerer Episode ohne psychotische Symptome (ICD 10: F32.1, F32.2) eingeschlossen. Die PatientInnen dürfen keine trizyklischen Antidepressiva sowie psychotrope Substanzen (Opioide, Cannabis, Kokain) einnehmen.

Messinventar: Zur Erfassung der Herzratenvariabilität werden Chronocord® Joysys Messinstrumente eingesetzt. Das Drogenscreening findet durch die Abgabe der Harnprobe nach Einwilligungserklärung des Patienten statt. Zur Befragung wurde der BDI II (Fragebogen zur Erfassung des Schweregrades einer Depressiven Störung) und der FFA (Freiburger Fragebogen für Achtsamkeit/Kurzversion von Buchheld und Wallach, 2002) eingesetzt.

Procedere: Baseline-Messung mit der 1. HRV Messung mittels Chronocord® ab 12 Uhr Mittag für 24 Stunden inklusive Messtagebucherhebung und Fragebogenerhebung (BDI II und FFA). Alle Proband.innen werden, unabhängig von der Gruppenzuordnung zu drei gleichen Messzeitpunkten hinsichtlich der beschriebenen Parameter untersucht. Die Patient.innen der Treatmentgruppe (n=20) erhalten insgesamt fünf rezeptive Musiktherapieeinheiten ihres drei wöchigen Klinikaufenthaltes. Während der ersten und der letzten Musiktherapieeinheit findet eine HRV- Messung inkl. Messtagebuch für 24 Stunden statt. Die Teilnehmer.innen in der Kontrollgruppe folgen ihrem Standarttherapieplan, jedoch ohne Musiktherapie. 6 Wochen nach dem Klinikaufenthalt findet das follow-up mit einer letzten (4.) HRV-Messung inkl. Messtagebuch und der Fragebogenerhebung statt.

Fallzahlenberechnung und statistische Methoden: Für den längsschnittlichen Vergleich der Interventions-vs. Kontrollgruppe kommt ein varianzanalytisches Modell mit Messwiederholung zum Einsatz (ANOVA: Repeated measures, mit between factor).

Ergebnisse

Als vorläufige Studienergebnisse konnten signifikante Effekte der parasympathischen Aktivität und die Verbesserung der Entspannungsfähigkeit in der rezeptiven Gruppe eruiert werden. Eine deutliche Verbesserung der depressiven Symptomatik sowie eine geringe Verbesserung der Achtsamkeitssensibilisierung konnte bereits im Follow-up in beiden Gruppen festgestellt werden.

Allgemeine Angaben

Projektleiter:	Anja Schäfer MAS
Institution:	Barmherzige Brüder Graz, Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie
eMail	anjaschaefermusiktherapie@posteo.de
Koautoren/Beteiligte:	Prof. Dr. Eckhard Weymann, Prof. Dr. Maximilian Moser

Zeitlicher Rahmen:	Aktuell, geplant bis: Ende 2019
Rahmen der Arbeit:	Dissertation
Form der Arbeit:	Studie
Förderung:	Projektförderung/Drittmittel, durch Andreas Tobias Kind Stiftung

Veröffentlichungen

Forschungswerkstatt Augsburg 2018 (Poster), öffentlicher Stiftungstag der Andreas Tobias Kind Stiftung (2018)

Psychophysiologische Studie zur Erhebung der Herzratenvariabilität und Achtsamkeitserfassung in der rezeptiven Musiktherapie mit depressiven PatientInnen

Eine randomisiert-kontrollierte Interventionsstudie zur Evaluation der Wirksamkeit von rezeptiver Musiktherapie bei depressiven PatientInnen (n=40) mittels psychophysiologischer Marker

2018 © Anja Schäfer MAS

In vorangegangenem klinischen Pilotprojekt im gleichen Setting wurde die Entspannungsfähigkeit bei depressiven PatientInnen (n=26) mithilfe qualitativer und quantitativer Messdaten erhoben und ausgewertet. Dabei konnte eine deutliche Verbesserung der Entspannungsfähigkeit sowie eine positive Entwicklung im Schlafverhalten eruiert werden.

Aus diesen Erkenntnissen ergaben sich nun weiterführende Forschungsfragen:

Ein- und Ausschlusskriterien

Einschlusskriterien	Ausschlusskriterien
-Alter: 18-65 Jahre -Männer und Frauen -rezidivierende/depressive mittelgradige und schwere Episode ohne psychotische Symptome (ICD 10: F.33.1, F.33.2/ F.32.1, F. 32.2)	-Einnahme von trizyklischen Antidepressiva -Schädlicher Konsum (Sucht) psychotroper Substanzen (Alkohol, Opioide, Cannabis, Kokain) -Einzelmusiktherapie

Zentrale Fragestellungen der Arbeit:

I. Welche Auswirkungen hat rezeptive Musiktherapie auf bestimmte Körperfunktionen, insbesondere die durch das Vegetativum gesteuerte Herzrhythmusvariabilität?
Verändert sich der vegetative Tonus durch die rezeptive Musiktherapie?

I. a) Können signifikante Unterschiede zur Kontrollgruppe festgestellt werden?

II. Verändert sich das Schlafverhalten im unmittelbaren Anschluss an die rezeptive Musiktherapieeinheit?

III. Welche psychischen Veränderungen in Bezug auf die Aufmerksamkeitslenkung (Achtsamkeitssensibilisierung) sind dabei zu beobachten?

Hypothesen:

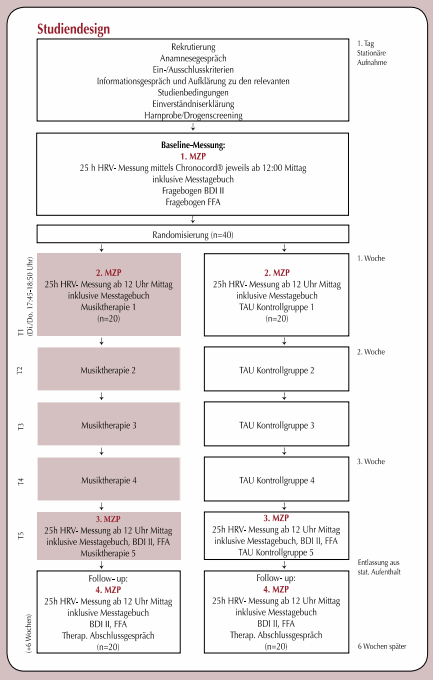
I. Es wird angenommen, dass sich der vegetative Tonus bei den TeilnehmerInnen in der Treatmentgruppe durch die rezeptive Musiktherapie verändert. Insbesondere ist mit einer Zunahme parasympathischer Aktivität und einer Abnahme sympathischer Aktivität zu rechnen. Möglicherweise gibt es verstärkende Auswirkungen auf die Koordination zwischen Körperrhythmen wie Herzschlag und Atmung.

I. a) Explorativ werden signifikante Unterschiede im Vergleich zur Kontrollgruppe eruiert.

II. Es wird eine Verbesserung des Schlafverhaltens angenommen, speziell in Bezug zu Einschlaf- und Durchschlafstörungen, häufiges Aufwachen in der Nacht in Verbindung mit Gedankenkreisen und einem Morgentief.

III. Es wird eine Verbesserung der Aufmerksamkeitslenkung (Achtsamkeit) erwartet.

Studiendesign



Messinventar:

Zur Erfassung der Herzratenvariabilität (**HRV**) werden Chronocord® Joysys Messinstrumente eingesetzt.
Das Drogenscreening findet durch die Abgabe der Harnprobe nach Einwilligungserklärung des Patienten statt.
Für die Fragebogenerhebung wurden folgende Messinstrumente (<trait>) ausgewählt:
BDI II (Fragebogen zur Erfassung des Schweregrades einer Depressiven Störung)
FFA (Freiburger Fragebogen für Achtsamkeit/Kurzversion von Buchheld und Wallach)

Fallzahlenberechnung und statistische Methoden

Für den längsschnittlichen Vergleich der Interventions-vs. Kontrollgruppe kommt ein varianzanalytisches Modell mit Messwiederholung zum Einsatz (ANOVA: Repeated measures, mit between factor).

Ablauf einer Sitzung:

MT: Musiktherapie

BDI II, FFA, Messtagebuch HRV T1 und T5 um 12:00 Uhr Mittag für 25 h	Begrüßung und Ankommen	Bodyscan, Einführende Atemarbeit	Monochordspiel mit Stimmbegleitung der Therapeutin	Rückführung aus der Entspannungseinheit	Reflexion und Verabschiedung

0´ 10´ 15´ 35´ 40´ 50´

KG: Kontrollgruppe

BDI II, FFA Messtagebuch HRV T1 und T5 um 12:00 Uhr Mittag für 25 h	TAU */ Keine Musiktherapie

* TAU: Treatment as usual: Je nach Indikationsstellung verschiedene Therapieangebote wie Kunst-, Tanz-, Ergo-, und Psychotherapie, Entspannungsgruppe, craniosakrale Therapie und Physiotherapie.

Prinärliteratur:

Dosch, J., Timmermann, T. (2005). *Das Buch vom Monochord.* Wiesbaden: Reichert Verlag.
Frohne-Hagemann, I. (Hg.) (2004). *Rezeptive Musiktherapie.* Wiesbaden: Reichert Verlag.
Gindl, B. (2002). *Anklang - die Resonanz der Seele.* Paderborn: Junfermann Verlag.
Hildebrandt, G., Moser, M., Lehofer, M. (2013). *Chronobiologie und Chronomedizin.* Weiz: Gesundheitsleitsystem.
Middendorf, I. (2007). *Der Erfahrbare Atem.* Paderborn: Junfermann Verlag.
Rytz, T. (2010). *Bei sich und in Kontakt.* Bern: Hans Huber Verlag.
Schäfer, A. (2014). *Rezeptive Musiktherapie mit depressiven Patienten.* Masterarbeit an der Zücher Hochschule der Künste in Kooperation mit der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik, MAS Klinische Musiktherapie.
Williams, M., Teasdale, J., Segal, Z., Kabat-Zinn, J. (2015). *Der achtsame Weg durch die Depression.* Freiamt: Arbor Verlag.

Die Studie wird in der Klinik der Barmherzigen Brüder Graz Eggenberg in der Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie unter der Leitung von Primarius Dr. Peter Hlade durchgeführt. Prof. Dr. Eckhard Weymann, Hamburg und Univ. Prof. Dr. Maximilian Moser, Graz sind Gutachter dieses Projektes.

Information und Kontakt: Anja Schäfer MAS, klinische Musiktherapeutin, Barmherzige Brüder Graz, Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie

Mail: anjaschaefermusiktherapie@posteo.de

HUMAN X RESEARCH

Hochschule für Musik und Theater München

BARMHERZIGE BRÜDER KRANKENHAUS GRAZ