

Wenn Musik krank macht



Im Wesen der Musik liegt es, Freude zu bereiten, sagt Aristoteles. Prof. Dr. Claudia Spahn und Prof. Dr. Bernhard Richter leiten das Freiburger Institut für Musikermedizin und wissen, dass Musik machen auch ungesund sein kann. Wie »Gesundes Musizieren« geht, haben sie dem MDK *forum* erklärt.

»DIE WIRKUNG VON MUSIK ist natürlich grundsätzlich etwas Gesundes«, sagt Bernhard Richter, »auch wenn das selbstverständlich geschmacksabhängig ist.« Und auch das Musizieren selbst sei eine der gesündesten Aktivitäten, ergänzt Claudia Spahn.

Aber man kann auch die gesündeste Sache so betreiben, dass sie dies nicht mehr ist. Im Freiburger Institut für Musikermedizin (FIM) kümmert man sich um Musiker, die professionell musizieren, im Laienbereich oder beruflich – und somit besonderen Risiken ausgesetzt sind. Im Sport erscheint das viel offenkundiger, handelt es sich doch ebenfalls um eine intensive Tätigkeit, bei der es schnell zu Fehlbelastungen oder Verletzungen kommen kann.

Wenn Gitarristen leiden

Gitarre zu spielen, steht gemeinhin für »easy going«. Tatsächlich erfordert das Instrument eine extrem asymmetrische Haltung, weswegen Gitarristen auch relativ häufig den Rat der Musikermediziner suchen. Überhaupt sind es bei vielen Musizierenden unterschiedliche Schmerzen im Bewegungsapparat, die sie ins Freiburger Institut führen. Tägliche Probezeiten, zahlreiche lange Konzerte: Gerade die Mitglieder klassischer Orchester sind großen Anforderungen und hohen körperlichen und psychischen Belastungen ausgesetzt.

Um Musikern dauerhaft zu helfen, setzen Claudia Spahn und Bernhard Richter auf einen ganzheitlichen, multimodalen Ansatz, auf eine umfassende Anamnese, Diagnose und ein breites Therapiespektrum. In ihren Behandlungsräumen finden sich daher nicht nur medizinische Instrumente, sondern auch musikalische, wie Klaviere und Flügel. Die Patienten bringen stets ihr Instrument mit, um Beschwerden im Zusammenhang mit der Musikausübung zu zeigen. »Uns geht es um Feinheiten«, erklärt Claudia Spahn: Wie führt der Geiger seinen Bogenarm? Wie hält er sein Instrument? Die

Betroffenen sind dann oft erstaunt, dass man sich auch für den ganzen Körper interessiert, »obwohl das Instrumentalspiel vorwiegend die oberen Extremitäten betrifft«.

Laut, Lärm, schwerhörig

Lärmschwerhörigkeit, die bei Musizierenden seltener sei als man statistisch vermuten würde, offenbare sich, so Richter, bei Rock- wie Orchestermusikern als Paradox und Dilemma. Während sich der Schreiner vor dem Lärm seiner Säge schützen könne und dennoch das Ergebnis seiner Arbeit sehen würde, hätte der Musiker keine Chance: Wie soll er sich vor »seinem Produkt«, seiner Musik schützen? Im Gegensatz zur klassischen Musik lässt sich dies bei der Rockmusik inzwischen mit sogenannten In-Ear-Monitoren lösen. Stars wie Eric Clapton oder Pete Townshend spielten in den 1960er-Jahren ungeschützt vor Lautsprechern und sind daher mittlerweile nahezu taub. Dank besseren Schutzes entwickeln Rockmusiker heute nicht mehr so leicht eine Lärmschwerhörigkeit.

Besser Lampenfieber als Auftrittsangst

»Lampenfieber halten wir für etwas Gesundes«, sagt Claudia Spahn und verweist auf den Zusammenhang zwischen Aufregung und Performance. So ist eine wachsende Aufregung vor und beim Auftritt förderlich für die Leistung auf der Bühne. Ab einem gewissen Grad hingegen erwächst aus der Aufregung eine Auftrittsangst – »und diese behandeln wir dann in unserer Sprechstunde«.



Markus Hartmann ist Referent für Unternehmenskommunikation beim MDK Baden-Württemberg.
markus.hartmann@mdkbw.de