



Bernatzky G., Kreuz G. (Hrsg.): "Musik und Medizin" © Uni Salzburg/Springer Verlag

## Musik: Eine Behandlungsmethode, die Freude bereitet

20.05.2020

Salzburg (UNI SALZBURG) - Der renommierte Schmerzforscher Professor Günther Bernatzky untersucht gemeinsam mit der Musikwissenschaftlerin Dr. Katarzyna Grebosz-Haring von der Universität Mozarteum (Kooperationsschwerpunkt Wissenschaft und Kunst) die vorbeugende und heilende Wirkung von Musik, Gesang und Bewegung auf Parkinson-PatientInnen. Ziel der Wissenschaftler ist es, dass ihre Methode als Ergänzung in die therapeutische Behandlung integriert und gleichzeitig die Medikation reduziert wird.

"Es ist von alters her bekannt, dass Musik unsere Stimmung verändern kann", sagt Professor Günther Bernatzky vom Fachbereich Ökologie und Evolution der Universität Salzburg. Dabei hänge es aber von verschiedenen Faktoren ab, ob und in welchem Ausmaß Musik auf den einzelnen wirkt. So spielen psychologische Faktoren wie etwa die musikalische Kompetenz, physiologische Faktoren wie Empfindlichkeit und Reaktionsvermögen, aber auch soziale Aspekte eine Rolle.

Die Art von Musik eine positive Rolle spielen kann ist individuell sehr unterschiedlich", so Bernatzky. So habe beispielsweise der Radetzky-Marsch auf viele Parkinson-PatientInnen eine beruhigende, belebende Wirkung. Die Wissenschaftler stellten dabei eine erhöhte Produktion des Glückshormons Dopamin bei den PatientInnen fest. Dennoch wirkt auf jeden Menschen die Musik

anders: "Unser Musikgeschmack ist von unserer sozial-kulturellen Umgebung beeinflusst." Auf der von Bernatzky und Kollegen (u.a. der Psychologe Mag. Franz Wendtner) zusammengestellten Musik-CD für Parkinson-Kranke finden sich neben dem Radetzky-Marsch auch Tango-Klänge oder aktivierende Musik von Vivaldi. "Wichtig ist, dass man die Musik mit Kopfhörer" hört, weil die Lautstärke eine wesentliche Rolle spielt. Was für den einen angenehm ist, verursacht bei dem anderen Stress. "Wenn Musik zu einer Stresssituation führt, würde sich die Krankheit noch verschlimmern", sagt Bernatzky. Die Menschen fangen zu zittern an.

Die Wirksamkeit von Musik als Therapie ist heute in zahlreichen Anwendungsgebieten gesichert: Musik hilft Stress zu reduzieren, Stimmung und körperliche Leistungsfähigkeit verbessern, lindert Schmerzen, senkt bei PatientInnen mit koronarer Herzkrankheit Blutdruck und Herzfrequenz, bessert Verhaltensstörungen und psychische Probleme wie etwa Ängste und Depressionen. "Musik die uns wirklich gefällt, aktiviert im Gehirn, wie wir aus neuen Forschungen wissen, das sogenannte Belohnungssystem", so Bernatzky. Dieses "Lust-Zentrum" könne auch auf andere Weise stimuliert werden, z.B. durch gutes Essen, Schokolade, Sex oder auch Kokain, also immer dann, wenn wir uns momentan besonders wohl fühlen. In solchen Situationen komme es zu einer Ausschüttung von Endorphinen. Das sind körpereigene Opiate, die Wohlgefühl bewirken und Schmerzen lindern. Daneben werden auch körpereigene Cannabinoide produziert und ausgeschüttet. "Dadurch wird unsere Stimmung verbessert. Ärger und Schmerzen werden erträglicher", so Bernatzky.

Professor Bernatzky und Dr. Katarzyna Grebosz-Haring haben nun vor, eine Studie mit 90 Parkinson-PatientInnen durchzuführen. Die PatientInnen werden in drei Gruppen zu je 30 Personen unterteilt. Eine Gruppe hört eine therapeutische Musik CD, mit der zweiten Gruppe wird ein Chor gebildet, der drei Monate lang gemeinsam jeden Montag singt und die dritte Gruppe stellt die sogenannte Kontrollgruppe dar und nimmt an keinen Aktivitäten teil. Die Kontrollgruppe und die Musikhör-Gruppe darf im Anschluss auf Wunsch in den Chorgesang gehen. Das Neue und bislang noch unerforschte ist die Chorgruppe, die nicht nur singt, sondern sich dabei auch bewegt. "Wir sind überzeugt, dass die rhythmische Bewegung verbunden mit Gesang und gezielter Atmung positiv auf die PatientInnen wirkt" so Grebosz-Haring. Ein wichtiger Faktor sei dabei zusätzlich der soziale Kontakt. "Das gemeinsame Singen im Chor ist daher von besonderer Bedeutung." Denn viele Parkinson-PatientInnen entwickeln früher oder später eine Depression. Auch dieser Gefahr kann mit gemeinsamen Singen und Bewegung frühzeitig entgegengewirkt werden.

Die größte Hürde bei der Studie ist, die PatientInnen zu motivieren daran teilzunehmen. Gerade die Depression treibe die Menschen in die Einsamkeit, so Bernatzky. Und es sei oftmals schwer, sie aus der Isolation herauszulocken. "Wir wollen zeigen, wie es den PatientInnen geht, wenn sie tatsächlich drei Monate lang jede Woche im Chor singen. Unser großes Ziel ist es, durch diese Musiktherapie die Medikation zu verringern. Außerdem wollen wir Richtlinien und Empfehlungen ausarbeiten, die etwa bei Kuranwendungen Berücksichtigung finden können. Unsere Behandlungsmethode soll eine nicht-medikamentöse, Freude bringende Ergänzung sein." Nur müssen das die PatientInnen selber sehen und wollen.

Gemessen wird die Wirkung der Musik und des Gesangs an Speichelproben der PatientInnen. Grebosz-Haring entnimmt die Proben und lässt den Cortisol-, und Alpha-Amylasespiegel bestimmen und füllt darüber hinaus für alle PatientInnen einen entsprechenden Fragebogen aus. Das Verfahren ist angenehm und einfach durchzuführen und wesentlich unkomplizierter als eine Blutabnahme. Die ärztliche Begleitung übernehmen Dr. Klaus-Dieter Kieslinger von der Privatklinik Wehrle-Diakonissen und Prof. Dr. Klaus Jahn von der Schön Klinik in Bad Aibling. Die biologischen Analysen werden vom Professor Urs Nater von der Universität Wien übernommen.

"Wir wissen, dass wir die Menschen mit Musik nicht heilen können", sagt Bernatzky. Als ergänzende Behandlungsmethode kann sie aber die Lebensqualität und das Wohlbefinden deutlich verbessern.

Die Teilnahme an der Studie ist kostenlos, Fahrtkosten werden ersetzt. Interessierte können sich

unter [guenther.bernatzky@sbg.ac.at](mailto:guenther.bernatzky@sbg.ac.at) oder unter [katarzyna.grebosz-haring@sbg.ac.at](mailto:katarzyna.grebosz-haring@sbg.ac.at) anmelden.

**Weitere Infos unter:** [www.kieslinger-neurologie.at](http://www.kieslinger-neurologie.at)

**Buchempfehlung:**

Bernatzky G., Kreutz G. (Hrsg.): (2. Aufl: 2019/20 geplant)

"Musik und Medizin: Chancen für Therapie, Prävention und Bildung."

2015, 442 S., 52 Abb., ISBN 978-3-7091-1598-5, Springer-Verlag Wien, Geb. Buch: € 59,99

Dieses Buch stellt den Stand aktueller Forschungen in der Musikmedizin und die Wirkung von Musik auf Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität dar und bildet wissenschaftliche Grundlagen für therapeutische, pädagogische und andere Anwendungsgebiete.

**Rückfragehinweis:**

HR Mag. Gabriele Pfeifer

Leitung Kommunikation und Fundraising

Universität Salzburg

Kapitelgasse 4-6, 5020 Salzburg

Tel: 0043/(0)662-8044-2024

mobil: 0664-8482340

[gabriele.pfeifer@sbg.ac.at](mailto:gabriele.pfeifer@sbg.ac.at)

<http://www.uni-salzburg.at/presseinfos>

Seite empfehlen

Share

© APA - Austria Presse Agentur eG; Alle Rechte vorbehalten. Die Meldungen dürfen ausschließlich für den privaten Eigenbedarf verwendet werden - d.h. Veröffentlichung, Weitergabe und Abspeicherung ist nur mit Genehmigung der APA möglich. Sollten Sie Interesse an einer weitergehenden Nutzung haben, wenden Sie sich bitte an [science@apa.at](mailto:science@apa.at).