Musik hilft Parkinson-Patienten: neue CD erschienen

Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky
Naturwissenschaftliche Fakultät, Fachbereich für Organismische Biologie, Universität Salzburg, Präsident der Österreichischen Schmerzgesellschaft

Seit Jahrhunderten ist bekannt, dass Musik eine wichtige Rolle für unsere Gesundheit spielt: Musik kann Körper und Geist entweder **aktivieren** oder **entspannen** und wird therapeutisch bei verschiedenen Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen eingesetzt. Naturvölker setzen schon lange auf Rhythmus und Tanzen!

Eine wichtige Bedeutung haben die Charakteristika der Musik selbst, wie Tongeschlecht (Dur oder Moll), Lautstärke, Tempo, Melodik, Rhythmik, Harmonik, Timbre (Klangfarbe), Tonhöhe, Phrasierung und Artikulation. Musik löst – je nach ihrer Struktur – bei nahezu allen Menschen vergleichbare Reaktionen aus. So wirkt eine Melodie in Dur anders auf uns als ein Stück in Moll, flotte Marschmusik wirkt anders als spannungsreiche Tangorhythmen. Musik bringt uns Freude, Traurigkeit oder innere Ausgeglichenheit. Auf jeden Fall wirkt Musik direkt auf den Körper: Es kann zu Muskelkontraktionen oder Muskelentspannung kommen, über den Rücken gleiten Wärme- oder Kälteschauer – die so genannte Gänsehaut. Und es können Tränen fließen!

Durch die Stimulation bestimmter Regionen im limbischen System (Gefühlszentrum) verringert sich gleichzeitig die Aktivität jener Gehirnregionen (Mandelkern), die bei Angst stimuliert werden. In der Folge ändern sich die Hormonkonzentrationen im Blut: Wenn wir harmonisch klingende, „schöne“ Musik hören, ist bereits nach wenigen Minuten deutlich weniger vom Stresshormon Kortisol im Blut nachweisbar. Bedenkt man, dass ein Zuviel dieses Hormons zu den wichtigsten Risikofaktoren für Herzinfarkt zählt, dann ist eine Reduktion von Kortisol durchaus erwünscht. Dieselbe schöne Musik bewirkt, dass das Hormon Oxytocin verstärkt ausgeschüttet wird. Oxytocin ist allgemein bekannt als jenes Hormon, das den Aufbau stabiler Beziehungen zwischen Menschen unterstützt. Ebenso wird das Glückshormon Serotonin vermehrt gebildet. Das Hormon Dopamin, das bei Parkinson zu wenig vorhanden ist, wird beim Hören von stark rhythmisch akzentuierter Musik im Hirn vermehrt gebildet.

Musik als ergänzende Therapie

Dieses große Wissen um die Wirkung der Musik hat sich die Arbeitsgruppe um den Salzburger Biologen Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky gemeinsam mit dem Psychologen Mag. Franz Wendtner zunutze gemacht und in Zusammenarbeit mit dem Sportwissenschafter Dr. Patrick Bernatzky in Forschungsstudien an vielen Patienten an der Christian-Doppler-Klinik Salzburg zeigen können, dass Parkinson-Patienten nach dem Hören rhythmischer Musik besser und sicherer gehen können. Auch wurde bewiesen, dass nach nur zehnminütigem Hören dieser Musik die Feinmotorik deutlich verbessert war, verbunden mit weniger Angst und Depressionssymptomen, wobei sich die Stimmung aufhellte. **Die Ergebnisse zeigen, dass moderne Therapiemethoden sich nicht nur auf die rein medikamentöse Therapie allein beziehen dürfen, sondern dass auch verschiedene bereits bewiesene Komplementärmethoden eingesetzt werden müssen, wie z.B. Musik.**

Deshalb wurde aus diesen Studien eine CD für Parkinson-Patienten erarbeitet; finanzielle Unterstützung kam von der Parkinson Selbsthilfe

Österreich. Die neue CD „Musik für Parkinson-Patienten“ kann auch als Musikament® betrachtet werden: Es ist bestens wirksam und hat bislang keine unerwünschten Wirkungen! Vom „Suchtfaktor“ einmal abgesehen. Aber damit kann man leben ...

Der physiologische Anteil der Parkinson-Störung ist heute mit Medikamenten gut in den Griff zu bekommen, aber bedeutend bessere Erfolge erzielt man nur bei begleitender Bewegungstherapie. Und hier hilft uns die genannte Musik in besonderem Maße: Man wird, so das Vorstandsmitglied der Parkinson Selbsthilfe Österreich Dachverband, Prim. Dr. Dieter Volc, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, vom Rhythmus mitgerissen, förmlich in den Takt gezwungen, der bei Parkinson verlangsamt ist. Die Musik stimuliert dabei den Körper und das Empfinden und synchronisiert darüber hinaus Bewegungsabläufe. Zudem führt regelmäßiges Hören gezielt ausgewählter stimulierender Musik, wie sie auf dieser neuen CD zusammengestellt ist, zu einer verstärkten Durchblutung bestimmter Gehirnareale. Bei plötzlichen Blockaden hilft der auf der CD eingespielte pointierte Rhythmus des Radetzkymarsches in einer Weise, die man mit keinem Medikament bislang erreichen konnte. Dieser Radetzkymarsch wurde dankenswerterweise von den Wiener Philharmonikern zur Verfügung gestellt. Daneben sind auf der CD auch Einspielungen von Tango, Trommelmusik sowie weiterer stark rhythmischer Musik wie der Carmina Burana zu finden. Alle Künstler haben auf ihre Gage verzichtet. **Der Reinerlös kommt der Patientenorganisation Parkinson Selbsthilfe Österreich Dachverband zugute.**

Erhältlich in Apotheken und in Ihrer Buchhandlung!

Neue CD für Parkinsonpatienten

MUSIK
ZUR SELBSTHILFE

- ***Titel der CD:***
  Musik für Parkinsonpatienten.
  Für mehr Lebensqualität und besseres Bewegen.
  2012, ISBN: 978-3-950-24412-0
- ***Autoren der CD:***
  Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky,
  Mag. Franz Wendtner, Prim. Dr. Dieter Volc
- ***Musikbeiträge:***
  Wiener Philharmoniker, ARTango, Affenbrot,
  The Dream Catchers

Weitere Informationen unter: www.musikament.at oder www.parkinson-sh.at