Prof. Dr. med. Hermann S. Füeßl
Internist – Gastroenterologie
Privatpraxis für Integrative Innere Medizin, München

Musikermmedizin

- 49** Chronische Schmerzen bei Musikern
- 52** Musizieren mit Diabetes mellitus
- 56** Oboenspieler mit Blähhals

Stilles Leid

Musik als pathogener Faktor

© linearcurves / Getty Images / iStock (Symbolbild)

— Wenn von Musik und Gesundheit die Rede ist, denken wir gewöhnlich an deren heilsame Wirkung auf die Psyche, sei es als nicht stoffgebundenes Entspannungs- und Beruhigungsmittel, sei es als Förderer sozialer Kompetenz durch gemeinsames Musizieren (s. Beitrag ab S. 52). Weniger im Bewusstsein der Öffentlichkeit ist das stille Leiden vieler professioneller Musiker.

Die Palette der für Musiker spielbedingten Beschwerden und Erkrankungen ist breit und reicht von Sehnscheidenentzündungen, muskulären Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich, Problemen an Zähnen und Lippen, Stimm- und Hörproblemen über Hypertonie und Lungenemphysem bis hin zum pathologischen Lampenfieber und somatoformen Störungen. In manchen Fällen haben gesundheitliche Probleme eine Karriere beendet, noch ehe sie richtig begonnen hat.

Wie viele Musiker mit derartigen Beschwerden sind wohl im harten Konkurrenzkampf um halbwegs gut dotierte Positionen auf der Strecke geblieben? Denn man sieht nur die im Lichte – die im Dunkeln sieht man nicht. Es verwundert nicht, dass sich im Zuge des aufkommenden Virtuositums viele medizinische Disziplinen mit derartigen Problemen beschäftigten. So erschien schon 1832 der „Ärztliche Ratgeber für Musiktreibende“ des Arztes Karl Sundelin, 1925 das Buch „Berufskrankheiten des Musikers“ von Julius Fleisch. Berühmt wurden die Fälle von Robert Schumann, der 1831 eine Bewegungsstörung der rechten

Hand entwickelte, oder von Alexander Skrjabin, der 1890 das Klavierspiel wegen einer Überlastungsverletzung der rechten Hand einstellen musste.

Seit den siebziger Jahren entstanden in Deutschland an Musikhochschulen und Universitätskliniken in Berlin, Hannover, Freiburg, Weimar, Dresden, Frankfurt, Düsseldorf und München Institute, Abteilungen und Ambulanzen für Musikermmedizin. 1994 gründete sich die Deutsche Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermmedizin.

Wie häufig gesundheitliche Probleme bei Musikern sind, zeigt eine Untersuchung an 264.000 angestellten Berufsmusikern aus den USA. Im Jahr 2006 litten je nach gespieltem Instrument 50–76% an muskuloskelettalen Beschwerden, wobei Frauen deutlich häufiger betroffen waren als Männer. Meist treten die Beschwerden in der dritten und vierten Lebensdekade auf. Zu den wichtigsten Risikofaktoren gehören eine Hyperlaxizität der Gelenke, plötzlich vermehrte und intensiverte Übungstätigkeit, Wechsel des Übungsleiters/Dirigenten, Stress, schlechte Haltung und falsch erlernte Spieltechnik des Instruments. Diese Probleme sollten beim Auftreten von Beschwerden frühzeitig von einem multiprofessionellen Team aus Musikpädagogen, Neurologen, Handchirurgen, HNO-Ärzten und Psychosomatikern beurteilt und behandelt werden.

Oft genügen kleine Änderungen der Spieltechnik, der Sitzhaltung oder der Einsatz von Hilfsmitteln, um Beschwerden zu behandeln oder gar nicht erst entstehen zu lassen. Auch das Erlernen von Entspannungstechniken wie der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson, Autogenes Training, Meditation, Yoga oder Qigong sowie Bewegungslehrmethoden wie Feldenkrais oder die Alexander-Technik können Fehlhaltungen und Fehlbewegungen erkennen und verändern.

Für die Behandlung von Musikern ist es sicherlich ein Vorteil, wenn man als Arzt selbst ein Instrument erlernt hat und sich so verstärkt in die Situation professioneller Musiker einfühlen kann. Musik soll Spaß machen und nicht Leiden verursachen. ■