

## «Die Musikermedizin erfährt eine immer grössere Akzeptanz»

Musizieren bedeutet nicht nur, tiefes Glück und innere Befriedung zu erfahren oder sich im Rampenlicht zu sonnen. Es gibt eine andere, oft verborgene Seite: Gerade professionelle Musiker sind oft Belastungen ausgesetzt, die sie krank oder gar berufsunfähig machen können. Seit dem Herbst 2005 gibt es das Freiburger Institut für Musikermedizin (FIM) als eine gemeinsame Einrichtung der Musikhochschule und der Medizinischen Fakultät der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg. Wir sprachen mit den Leitern des FIM, Claudia Spahn und Bernhard Richter, über ihre Arbeit als Musikermediziner.

**ARS MEDICI:** Warum braucht es eigentlich eigens ein medizinisches Institut für die Berufsgruppe der Musiker?

**Spahn:** Man kann die Situation von Musikern am besten mit derjenigen von Sportlern vergleichen. Auch sie benötigen eine spezielle Betreuung und Behandlung, die sich aus den zahlreichen berufsspezifischen Anforderungen ergibt. Zudem muss man sehen, dass die Prävalenz gesundheitlicher Probleme unter professionellen Musikern ausgesprochen hoch ist. Die Musikermedizin ist übrigens keine neue Fachdisziplin, sie nahm ihren Ausgang von den USA, wo es seit 25 Jahren die Performing Arts Medicine gibt. In Deutschland hat sich die Musikermedizin in den letzten 20 Jahren immer weiter entwickelt.



### Steckbrief

Prof. Dr. med. Claudia Spahn ist Ärztin für Psychotherapeutische Medizin und Diplom-Musiklehrerin. Ihr Behandlungsschwerpunkt liegt auf der Behandlung von Instrumentalisten sowie auf der psychotherapeutischen Behandlung des Lampenfiebers. An der Musikhochschule unterrichtet sie Musikphysiologie und Prävention für Musiker. Zu ihren Forschungsschwerpunkten gehören u.a. die Evaluation von Prävention in der Musikhochschulausbildung und die Bewegungsanalyse beim Instrumentalspiel.

### Steckbrief

Prof. Dr. med. Bernhard Richter ist ORL-Arzt und Phoniater und Sänger. Am FIM ist er vor allem für die medizinische Betreuung der Sänger und Musiker sowie der Stimmpatienten sprechender Berufe zuständig. Daneben unterrichtet er Stimmphysiologie und Hörphysiologie an der Musikhochschule sowie an der Medizinischen Fakultät. Seine Forschungsschwerpunkte sind u.a. der Einsatz der Hochgeschwindigkeitsglottographie zur Untersuchung der Registerfunktion bei Sängern, der Stimmentwicklung von Sängern sowie der Gehörschutz bei Orchestermusikern.



**Richter:** Man muss einfach bedenken, dass professionelles Musizieren eine hoch repetitive und kompetitive Tätigkeit ist. Epidemiologische Studien zeigen, dass über die Hälfte unter einer berufsbedingten Störung leiden, seien es körperliche oder psychische Probleme, die sie in ihrer Leistungsfähigkeit einschränken oder sie sogar berufsunfähig machen.

Inzwischen stösst die Musikermedizin auf immer grössere Akzeptanz und ist breit etabliert. An mehreren deutschen Musikhochschulen gibt es entsprechende Institutionen – auch in der Schweiz, etwa in St. Gallen, Luzern, Zürich und Winterthur. In Freiburg schätzen wir uns glücklich, medizinische Universitätsklinik und Musikhochschule nahe beieinander zu

haben, die Voraussetzungen sind also optimal für eine umfassende Betreuung der Musiker. In der Lehre, die an der Musikhochschule stattfindet und ein besonderes Augenmerk auf die Prävention legt, sowie in der Patientenversorgung und Forschung hier am Institut für Musikermedizin.

**ARS MEDICI:** Wie viele Musiker haben Sie bisher behandelt?

**Richter:** Seit der Gründung unseres Instituts sind es immerhin etwa 1500 Musiker, die wir betreut haben.

**ARS MEDICI:** Von woher kommen die Patienten?

**Richter:** Sie kommen zum einen aus der Region, aber auch aus entfernteren Gegenden.

**ARS MEDICI:** Niedergelassene Kollegen können Musiker nicht betreuen?

**Richter:** Viele Kollegen sind nicht hinreichend mit den spezifischen Anforderungen von Musikern vertraut, und sie sind auch froh, dass wir eine Anlaufstation bieten, wo man gezielt auf die Bedürfnisse der Musiker eingehen kann. Da wir selbst auch Musiker sind, kennen wir die Situation unserer Patienten sehr genau und wir haben genügend Zeit, uns ihrer anzunehmen. Das schafft Vertrauen, was ganz entscheidend ist. Hierfür ist es zum Beispiel wichtig, die Literatur zu kennen, also Stellen, in denen der Musiker besonders hohen Belastungen ausgesetzt ist. Natürlich gibt es Kollegen – meist sind sie selbst praktizierende Musiker –, die sich mit der speziellen Situation von Musikern auskennen. Mit ihnen kooperieren wir, etwa mit Orthopäden, Zahnärzten, Dermatologen, Augenärzten oder Neurologen. Wir sind gerade dabei, ein lokales Netzwerk aufzubauen, und helfen Musikern, die von weiter her kommen, dass sie wohnortnah betreut werden können.

**ARS MEDICI:** Welches sind denn die Hauptstörungen?

**Richter:** Es sind etwa zu einer Hälfte körperliche Probleme, zur anderen Hälfte psychische. Unter den somatischen Beschwerden spielen bei Instrumentalisten Probleme am Muskel-Skelett-Apparat eine grosse Rolle, aber auch dermatologische, ophthalmologische und neurologische Störungen. Man denke etwa an die fokale Dystonie, von der ja auch Schumann betroffen war. Diese Erkrankung ist natürlich schwerwiegend und gefürchtet, kommt aber insgesamt vergleichsweise selten vor. Unter den psychischen sind Stressreaktionen, vor allem das Lampenfieber, häufig. Hier ist Frau Professor Spahn eine Spezialistin.

**ARS MEDICI:** Frau Spahn, wie können Sie Musikern mit Lampenfieber helfen?

**Spahn:** Zunächst nehme ich mir ausreichend Zeit, um mit den Musikern die unterschiedlichen Erscheinungen des Lampenfiebers genau zu erfassen. Schon hierbei ist es wichtig, neben



den problematischen die positiven Phänomene zu sammeln, also den Blick auf das zu richten, was gut funktioniert. Hilfreich ist es auch, gemeinsam zu erforschen, wie sich das Lampenfieber bei der jeweiligen Person im Laufe der musikalischen Entwicklung verändert hat, ob es besonders einschneidende negative Erfahrungen gab oder was sich als hilfreich erwiesen hat. Die Ziele, wie das Lampenfieber optimiert werden soll, werden immer anhand konkreter Auftrittssituationen angegangen. An Massnahmen steht eine breite Palette von Möglichkeiten zur Verfügung: diese reichen von Körperübungen zum Aufwärmen, Entspannungsverfahren wie Autogenem Training oder Progressiver Muskelrelaxation, Atemübungen, mentalen Auftrittsübungen, Einübung von Ritualen bis hin zu praktischen Auftrittsübungen auf der Bühne. Ebenso wichtig ist eine Klärung der inneren Einstellung zum Auftritt und Publikum. Nach entsprechender Vorbereitung wird der Auftritt selbst wenn möglich auf Video aufgenommen und hinterher gemeinsam auf Stärken und Verbesserungsansätze hin analysiert. Die Verarbeitung des Auftritts ist sehr wichtig, da sie die Voraussetzung für den nächsten Auftritt bildet.

**ARS MEDICI:** Können auch Nichtmusiker zu Ihnen kommen, wenn sie unter Lampenfieber leiden, also etwa Schauspieler oder Redner?

**Spahn:** Ja, Schauspieler und Redner, auch andere Personen wie zum Beispiel Lehrer, die sich vor anderen Menschen im Beruf stimmlich exponieren, können sich an das FIM wenden.

**ARS MEDICI:** Was die häufigen Probleme des Muskel-Skelett-Systems angeht, gibt es an Ihrem Institut offenbar keinen Orthopäden ...

**Richter:** Das ist richtig. Ein Institut für Musikermedizin kann natürlich nicht auf allen Gebieten umfassend spezialisiert sein. Doch selbstverständlich sind wir auch für diese Musiker eine

Anlaufstation und können eine umfassende individuelle Anamnese durchführen, die Betroffenen beraten und gegebenenfalls an einen Orthopäden verweisen, der sich mit der Problematik gut auskennt und wohnortnah erreichbar ist. Wie wichtig das sein kann, zeigt folgendes Beispiel: Eine Bratschistin hatte sich das Schlüsselbein gebrochen und war dann von einem Orthopäden konservativ behandelt worden. Allerdings war die Fraktur genau an der Ansatzstelle für das Instrument, und sie hatte ständig mit Schmerzen zu kämpfen. Wir haben sie an einen Orthopäden überwiesen, der selbst Bratschist ist und der die Fraktur dann operativ versorgt hat. Natürlich hat der erstversorgende Kollege absolut lege artis gehandelt, aber in diesem speziellen Fall war die konservative Therapie eine mit ungewissem Ausgang für die Musikerin.

**ARS MEDICI:** Bei Problemen am Muskel-Skelett-System und bei anderen Störungen werden auch körperorientierte Therapieverfahren eingesetzt. Welche kommen dabei speziell bei Musikern zur Anwendung und mit welchem Erfolg?

**Spahn:** Es gibt eine Reihe körperorientierter Therapieverfahren, die sich speziell bei Musikern bewährt haben. Hierzu zählen die Feldenkraismethode, die wir an unserem Institut auch bei unseren Patienten einsetzen, die Alexandertechnik, die Eutonie, die Dispositivkinese, um nur einige zu nennen. Neben diesen speziellen Körperverfahren, die sehr stark an der Verbesserung der Bewegungskoordination ansetzen, sind auch alle klassischen Physiotherapieverfahren und alle Bewegungsansätze, welche muskelaufbauend wirken, für Musiker sehr wichtig. Wir empfehlen unseren Musikerpatienten auch regelmäßige sportliche Aktivität zum Aufbau einer guten Basis-kondition.

**ARS MEDICI:** Herr Richter, Sie sind ORL-Arzt und Phoniater. Ein wichtiges Problem sind Hörschädigungen mit oder ohne Tinnitus ...

**Richter:** Die Lärmbelastungen sind im Orchester sehr hoch. Hier kommt es also auf entsprechende Prävention an. Wir führen gerade eine Evaluation durch zum Hörschutz bei Orchestermusikern, wo wir übrigens auch mit der SUVA in der Schweiz zusammenarbeiten.

**ARS MEDICI:** Der Hauptteil Ihrer klinischen Tätigkeit besteht in der Betreuung von Stimmpatienten ...

**Richter:** Wenn Sänger mit Problemen kommen, dann kommt es auf eine genaue Anamnese und Situationsanalyse an. Manchmal sind das scheinbar ganz banale Probleme, eine Erkältung, akute respiratorische Probleme, wo es dann nicht nur um die Behandlung geht, sondern auch darum, ob ein Sänger oder eine Sängerin einen Auftritt absagen soll oder wir ihr doch raten zu singen. Hier übernehmen wir dann auch eine Mitverantwortung.

Daneben geht es oft um akute oder chronische Überbelastungen oder Fehlbelastungen der Stimme. Wir erstellen mit dem Sänger oder der Sängerin ein individuelles Programm mit konkreten und alltagstauglichen Handlungsanweisungen. Natürlich verfügen wir auch über weitreichende apparative diagnostische Verfahren.

Noch wenig bekannt ist übrigens, dass es auch viele Lehrer gibt, die Probleme mit der Stimme haben. In einer Befragung haben sogar 60 Prozent darüber geklagt. Auch sie können wir kompetent betreuen.



**ARS MEDICI:** Nachdem Ihr Institut jetzt mehr als ein Jahr besteht, welche Zwischenbilanz würden Sie ziehen: was ist erreicht, was möchten Sie in Zukunft in Angriff nehmen?

**Spahn:** Wir konnten im ersten Jahr das Institut so bekannt machen, dass die Musiker – Stimmpatienten und Instrumentalisten – den Weg zu uns fanden und unser musikermedizinisches Angebot nutzen. Wir freuen uns nun, dass wir im Universitätsklinikum im nächsten Monat in unsere endgültigen Räume umziehen können. Wie bereits bisher möchten wir den Schwerpunkt in Zukunft neben der Behandlung weiter vor allem auf die Prävention legen. In der Forschung sind sowohl im Bereich

der Stimme als auch des instrumentalen Musizierens noch spannende Fragen zu klären, die wir in den nächsten Jahren gerne angehen möchten.

**ARS MEDICI:** Wir danken Ihnen für das Gespräch.

*Die Fragen stellte Uwe Beise.*

Nähere Informationen zum Freiburger Institut für Musikermedizin finden Sie unter: [www.mh-freiburg.de/fim](http://www.mh-freiburg.de/fim)