

Gesundes Musizieren made in Freiburg

Institut für Musikermedizin: Prävention schon an der Hochschule

Von Sabine Rahner

Für das Publikum ist so ein Festspielabend ein Highlight – anregend und aufbauend für Geist und Seele. Dass Musiker immer dann arbeiten, wenn andere ihren Feierabend oder das Wochenende genießen, ist selbstverständlich. Ebenso normal ist, dass ihr Arbeitsplatz ein hell ausgeleuchtetes Podium ist, auf dem die Künstler neugierigen Blicken und gespitzten Ohren ausgesetzt sind. Frack, Abendkleid, Lackschuhe – dann fehlt zum idealen Konzert nur noch die möglichst inspirierte musikalische Leistung. Ein Traumberuf? Sicher. Es ist aber auch ein Beruf, in dem gute Nerven, stabiles Selbstbewusstsein und robuste Kondition von einiger Bedeutung sind. Hat ein Musiker gesundheitliche Probleme, ist er ganz besonders auf Ärzte angewiesen, die seine spezielle Situation verstehen, vielleicht sogar selbst kennen. In den letzten Jahren hat sich für Krankheitsbilder, die typischerweise Musiker entwickeln, ein neuer Medizinergweig entwickelt.

Beispiel Freiburg: 2005 wurde hier mit Unterstützung des Ministeriums für Wissenschaft und Kunst Baden-Württemberg das Freiburger Institut für Musikermedizin (FIM) gegründet. Es ist eine gemeinsame Einrichtung der Hochschule für Musik und der Medizinischen Fakultät der Albert-Ludwigs-Universität. Mit dem Universitätsklinikum Freiburg besteht eine Kooperation zur Versorgung der kranken Musiker. Das Konzept ruht auf drei Säulen: Musikerambulanz, Lehre und Forschung.

Prof. Dr. Claudia Spahn leitet das Freiburger Institut für Musikermedizin gemeinsam mit Prof. Dr. Bernhard Richter – beide Fachärzte sind auch professionell ausgebildete Musiker. Sie treten gern als Kammermusiker oder bei Musiktheaterproduktionen auf. Dadurch ist ihr Verständnis für die Patienten natürlich besonders ausgeprägt. Claudia Spahn: „In der Musikermedizin geht es ja auch um feinste Nuancen in den Bewegungs-



Institutsleiterin Professor Claudia Spahn ist Fachärztin und – professionell ausgebildete Musikerin.

ablaufen.“ Schon geringste Einschränkungen beim Bewegen eines Fingers sind für Musiker existenziell. Häufig gehene Beschwerdebilder sind Überbelastung von Muskeln, Sehnen und Gelenken, Haltungsschäden, psychosomatische Probleme oder Hörschäden. Auftrittsangst ist ein Schwerpunkt im Therapieangebot.

Die Untersuchung in der Musikerambulanz beinhaltet immer, dass der Patient auf seinem Instrument spielt: „Meine Kollegin, unsere Physiotherapeutin, und ich hören genau zu und beobachten die Bewegungsabläufe beim Spielen“, erklärt Claudia Spahn. Danach werden die Beobachtungen besprochen und eventuell neue Bewegungsabläufe beim Spielen ausprobiert. Auch die Anpassung des Instruments und der Hilfsmittel wie Tragegurte oder Kinn- und Schulterstützen spielen eine wichtige Rolle. „Es gibt so viele Wechselwirkungen, und so vieles hat einen Einfluss auf das Musizieren“, erläutert die Ärztin, „wir werfen deshalb auch mal einen Blick in den jeweiligen Spielplan, sehen nach, ob dort eine Überbeanspruchung erkennbar wird, oder sprechen über Schwierigkeiten innerhalb der Orchestergruppen“.

Sind manche Komponisten „schädlicher“ als andere? „Das würde ich nicht sagen“, meint Claudia Spahn. „Aber die langen Wagner-Opern zum Bei-

spiel wurden früher während der Spielferien der anderen Opernhäuser bei den Bayreuther Festspielen aufgeführt. Heute hat sie jedes mittlere Haus im laufenden Spielplan, das ist für die Musiker eine harte Herausforderung.“

Immerhin ein Drittel der Patienten nimmt Anfahrtswege zum FIM von mehr als 150 Kilometern in Kauf. Diesen Patienten werden musikermedizinisch spezialisierte Therapeuten am Heimatort empfohlen, die Freiburger Fachärzte überwachen dann in größeren Abständen den Behandlungsverlauf. Die Behandlungsmöglichkeiten sind vielfältig: Manchmal hilft als erste Maßnahme eine „Generalpause“, um einen überlasteten Organismus wieder zu stabilisieren.

Zwischen Anspannung und Auftrittsangst

Gerade Musiker seien mit ihrem Beruf besonders positiv und besonders eng verbunden, weil sie ja schon von Kindheit an täglich üben, so Claudia Spahn. Das Instrument gehört zum Selbstbild des Musikers einfach dazu. Da merke man einer erst in der Krise, dass es auch ein Leben außerhalb der Musik gibt. Als Belastung wird empfunden, dass die Arbeitszeiten wenig sozialverträglich sind. Häufige Reisen können sich ebenfalls im Lauf der Jahre zu einer Strapaze auswachsen. Die gute Nachricht: „Musiker sind sehr diszipliniert und ha-

Stichwort: FIM

Das Freiburger Institut für Musikermedizin (FIM) ist eine gemeinsame Einrichtung der Hochschule für Musik und der Albert-Ludwigs-Universität, vertreten durch die Medizinische Fakultät. Für die Krankenversorgung besteht eine Kooperation mit dem Universitätsklinikum Freiburg. Die Ambulanz arbeitet interdisziplinär, sie ist innerhalb der Uniklinik vernetzt, weitere Fachgebiete werden nach Bedarf hinzuge-



Es ist nicht immer alles so natürlich und fließend, wie es aussieht: Claudia Spahn (rechts) analysiert in ihrer Ambulanz die Bewegungsabläufe bei einer jungen Geigerin. Fotos: pr

ben eine hohe Eigenkompetenz“, so Claudia Spahns Erfahrung, sie könnten ärztliche Ratschläge deshalb besonders erfolgreich umsetzen.

Gar nicht so selten entwickeln Sänger oder Musiker im Laufe ihres Berufslebens Auftrittsangst. Darauf hat sich Claudia Spahn im Besonderen spezialisiert, ihr Buch „Lampenfieber“ lesen auch Nicht-Musiker mit Gewinn. Wie so oft ist die Dosis entscheidend: Eine gewisse Anspannung vor dem Auftritt ist gut und notwendig, ein Übermaß schränkt den Künstler aber stark ein. Das kann bis zum Stimmverlust bei Sängern oder zu gravierenden Versagensängsten auf der Bühne führen. Hier versucht die Ärztin, mit dem Patienten gezielte Strategien zu besprechen und überprüft deren Wirkung in vereinbarten

Abständen.

Ideal ist es natürlich, wenn Probleme gar nicht erst entstehen. Deshalb unterrichten die Musikermediziner auch an der Musikhochschule und bereiten die Studierenden – Instrumentalisten wie Sänger – auf die besonderen Anforderungen des Berufs vor. So lernen angehende Musiker, dass sie den gefährlichen immergleichen Bewegungsabläufen entgegenwirken sollten, indem sie ihrem Körper ein größeres Bewegungsrepertoire anbieten. Auch die Frage, wie man aus seiner Alltagsverfassung relativ rasch in einen Aufführungs-Modus wechseln kann, wie man also nach einem durchschnittlichen Tag ausdrucksstark und voll ansteckender Freude für das Publikum musiziert, ist Lehrstoff an der Freiburger Musikhochschule.

Ein großes Thema ist der Gehörschutz, denn für alle Orchestermittglieder liegt der Lärmpegel über dem Zutraglichen – nur der Dirigent steht weit genug weg und ist deshalb fein raus. In den vergangenen Jahren wurde ein spezieller linearer Gehörschutz entwickelt, den die Ärzte dringend empfehlen. Er mindert die Lautstärke, ohne die Tonhöhenbereiche und die Wahrnehmung einzelner Instrumente zu verfälschen.

In ihrem Seminar an der Musikhochschule simuliert Claudia Spahn auch Situationen, durch die sich Studierenden auf Probespiele vorbereiten

können, die jeder Musiker für ein Engagement zu absolvieren hat. Für die Zukunft wird es zunehmend wichtig sein, die jungen Musiker auch auf Kommunikations- und Führungsaufgaben im Orchester vorzubereiten. Die sind nicht nur auf den exponierten Solo-Positionen innerhalb der Ensembles gefragt, sondern auch bei der wachsenden Zahl von Education-Projekten.

Musik ist schön, macht aber viel Arbeit – so könnte man Karl Valentin abwandeln. Musik hat aber zuallererst eine gesundheitsfördernde Wirkung. Das große Ziel der Freiburger Spezialisten ist, diese positive Wirkung auch den Musikern selbst bewusst zu machen.

Zum Thema

Claudia Spahn: Lampenfieber – Handbuch für den erfolgreichen Auftritt. Grundlagen, Analyse, Maßnahmen, Henschel Verlag, 18,90 Euro.

Bernhard Richter: Die Stimme – Grundlagen, Künstlerische Praxis, Gesunderhaltung, Henschel Verlag, 29,95 Euro.

Claudia Spahn/Bernhard Richter/Eckart Altenmüller (Hrsg.): Musikermedizin – Diagnostik, Therapie und Prävention von musikerspezifischen Erkrankungen, Verlag Schattauer, 79,99 Euro. (sr)

Im Blickpunkt: Kinderoper

„Die kleine Manon“ hat große Wünsche

Das war sicher keine leichte Aufgabe: Wie macht man aus der tragischen Liebesgeschichte von Manon Lescaut und dem Chevalier Des Grieux eine stimmige Oper für Kinder? Rüdiger Beermann, der die Kinder- und Jugendprogramme des Festspielhauses verantwortet, setzte in Zusammenarbeit mit den Berliner Philharmonikern und der „Akademie Musiktheater heute“ der Deutsche Bank Stiftung auf den sehr aktuellen Kern, den diese zeitlose Geschichte enthält: Die Unersättlichkeit der sprunghaften Manon, die immer etwas Neues haben will und auf die Erfüllung all ihrer Wünsche geradezu fixiert ist. Doch wird sie dadurch nicht glücklich – im Gegenteil.

Diese zeitgemäße und für Kinder einleuchtende Fragestellung steht nun im Mittelpunkt der Kinderoper „Die kleine Manon“, deren Rollen von Studierenden der baden-



In der Kinderoper erfüllt Zauberer Lescaut die Wünsche der kleinen Manon – mit Hilfe des Publikums. Foto: Krempfer

württembergischen Musikhochschulen gesungen werden. Duncan Ward, Assistent von Chefdirigent Simon Rattle, leitet ein Ensemble der Berliner Philharmoniker. Es ist eine echte Uraufführung, denn eine Kinderfassung der Puccini-

Oper gibt es bisher nicht. Wiederum legt das Festspielhaus Wert darauf, dass das junge Publikum ab fünf Jahren mit der originalen Musik vertraut wird. Die Geschichte allerdings wird so erzählt, dass die kleinen Zuschauer ihr leicht folgen

können und auch Spaß daran haben.

An der Seite des Mädchens Manon steht der Zauberer Lescaut. Er erfüllt ihr alle Wünsche. Es wird aber schnell klar, dass die herbeigesehten Dinge längst nicht so viel Freude machen wie erwartet. Selbst das Verwöhntwerden wird langweilig. Was ist also noch besser als viele Geschenke zu horten – vielleicht mal etwas selber zu machen? Darauf setzt auch diese Kinderoper, bei der die Zuschauer nicht nur faul im Sessel liegen, sondern selbst aktiv sein werden. Die Interaktion zwischen Bühne und Publikum ist im vergangenen Jahr bei der „Zauberflöte für Kinder“ auf hervorragende Weise geglückt. (sr)

„Die kleine Manon“ hat am **Mittwoch, 16. April, um 11 Uhr** Premiere im Festspielhaus und wird am **Ostermontag, 21. April, um 11 Uhr** wiederholt.

MAC-HOFFMANN & CO GMBH © 2014

FINE ART
KURHAUS
BADEN-BADEN
18. BIS 21.04.2014
Die Messe für Kunst, Antiquitäten und Design
Täglich 11.00 bis 18.00 Uhr
fineart-kurhaus.de

FESTSPIELHAUS
BADEN-BADEN