

„Die Welt hat sich verändert, aber die Lieder nicht“

Rund 1,4 Millionen **Demenzkrankte** leben derzeit in Deutschland, etwa zwei Drittel davon leiden an **Alzheimer**. Schätzungen zufolge könnte die Zahl bis zum Jahr 2050 auf drei Millionen steigen. Der allmähliche Verlust von Gedächtnis, Sprache und kognitiven Fähigkeiten bringt für Betroffene und Angehörige starke Belastungen und Ängste mit sich. Heilen lässt sich Demenz bislang nicht, aber ihre Begleitscheinungen kann man lindern – besonders gut mit Musik. Von Eva Blaskewitz.

Eine Mietskaserne im grünen Berliner Südwesten. In einer Wohngemeinschaft im Erdgeschoss leben vier Männer und vier Frauen, der jüngste Anfang 70, die Älteste über 90; alle leiden an Demenz und werden rund um die Uhr von einem Pflegedienst betreut. Einmal in der Woche kommt Frau Muthesius vorbei, jeden Dienstagnachmittag, zur Kaffeezeit. Eine Betreuerin öffnet ihr die Tür: „Sie werden schon sehnlichst erwartet!“ Dorothea Muthesius, Musiktherapeutin, geht in das geräumige Wohnzimmer, wo die Bewohner versammelt sind, vor sich Teller mit Kirsch-Käse- und Schokoladen-Kuchen, in mundgerechte Stücke geschnitten. Frau Braun (Namen der Bewohner geändert), eine hagere Frau Anfang 80, dreht sich in ihrem Rollstuhl um. „Ich habe Kummer heute“, verkündet sie, „mein Mann ist tot, der kommt nicht mehr“. Sie zerrt an dem roten Stoffteufelchen, das sie unter ihrem Rollkragenspullover versteckt hat, und beginnt zu schluchzen. Dorothea Muthesius setzt sich neben sie und schlägt ein paar Akkorde auf der Gitarre an: „Wenn der Frühling kommt, dann schick ich dir Tulpen aus Amsterdam“.

Voller Begeisterung fällt Frau Braun ein, der Kummer scheint wie weggeblasen. Eine der beiden Betreuerinnen ergreift ihre Arme und schwenkt sie im Takt. Die vier anderen am Tisch bleiben stumm, aber allmählich schleicht sich ein Lächeln auf das eine oder andere Gesicht. Frau Braun schwelgt in Erinnerungen an die Zeit, als sie von ihrem Vater zum Tanzen mitgenommen wurde, „an der Schleuse in Kleinmachnow“. Das nächste Lied, „Ich tanz mit dir in den Himmel hinein“, singt auch Frau Philippi leise mit, eine schwere Frau mit einem Sauerstoffschlauch in der Nase. „Was war denn Ihr Lieblingstanz?“,

erkundigt sich Dorothea Muthesius. „Tango!“, antwortet Frau Philippi ohne zu zögern. Und schon geht's weiter: „Darf ich bitten zum Tango um Mitternacht?“ Frau Schmelzer, eine Frau mit feinen Gesichtszügen und rosa Pullover, lächelt versonnen.

Es gehe darum, verlorene Fähigkeiten wiederherzustellen, sagt Dorothea Muthesius, Dozentin an der Universität der Künste Berlin und eine der renommiertesten Musiktherapeutinnen im Bereich Demenz. „Wenn ich etwas wieder auspacken kann, was mir vertraut ist, spüre ich meine Identität. Ich weiß nicht mehr, wer ich bin, ich weiß auch nicht mehr, wo ich bin und in welcher Wohnung ich wohne. Die ganze Welt hat sich verändert, aber diese Lieder nicht, daran kann ich mich festhalten. Das gibt Stabilität und Vertrauen.“

Wenn die Sprache zerfällt, wenn Gegenstände spurlos verschwinden und Namen ihre Bedeutung verlieren, sind Lieder und Melodien aus der Jugendzeit oft noch problemlos aus dem Gedächtnis abrufbar. Das liegt daran, erklärt Eckart Altenmüller, Direktor des Instituts für Musikphysiologie und Musikermedizin an der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover, dass Musik im Gehirn mehrfach abgespeichert wird, „als Klanggestalt, als Bewegungsmuster, als visuelles Abbild – beispielsweise eines Musikers, den wir vor dem inneren Auge sehen –, als emotionale Gestalt“. Gerade die Teile des Gehirns, die im so genannten limbischen System an der Entstehung und Verarbeitung von Emotionen beteiligt sind, bleiben lange von demenziellen

„Musik wird mehrfach im Gehirn abgespeichert, als Klanggestalt, als Bewegungsmuster“



Foto: Barbara Keller

Wenn Demenz-Kranke einen Xylofon-Schlägel nicht erkennen, so landet dieser auch mal im Saftglas.



Fotos: Jane Dunker

Oft wissen Alzheimer-Patienten nichts mit den Musikinstrumenten anzufangen. Behutsam müssen sie von geschulten Musiktherapeuten an diese herangeführt werden.

Demenz und Alzheimer

Als Demenz (von lat. demens, zu Deutsch: „ohne Geist“) bezeichnet man einen Mangel an geistig-intellektuellen, emotionalen und sozialen Fähigkeiten, der zu einer Beeinträchtigung sozialer und beruflicher Funktionen führt. Anders als bei einer angeborenen Minderbegabung verliert der Mensch bei einer Demenz bereits erworbene Denkfähigkeiten. Zumeist geht sie mit einer diagnostizierbaren Erkrankung des Gehirns einher, betroffen sind vor allem das Kurzzeitgedächtnis, aber auch das Denkvermögen, die Sprache sowie die Motorik, bei einigen Formen auch die Persönlichkeitsstruktur. Eine Demenz kann verschiedene Ursachen haben, einige Formen können bis zu einem gewissen Grad behandelt werden. Die häufigste Form ist die Alzheimer-Krankheit, benannt nach dem deutschen Neuropathologen Alois Alzheimer (1864-1915). Sie ist für etwa 60 Prozent der Demenzerkrankungen weltweit verantwortlich und tritt überwiegend nach dem 65. Lebensjahr auf.

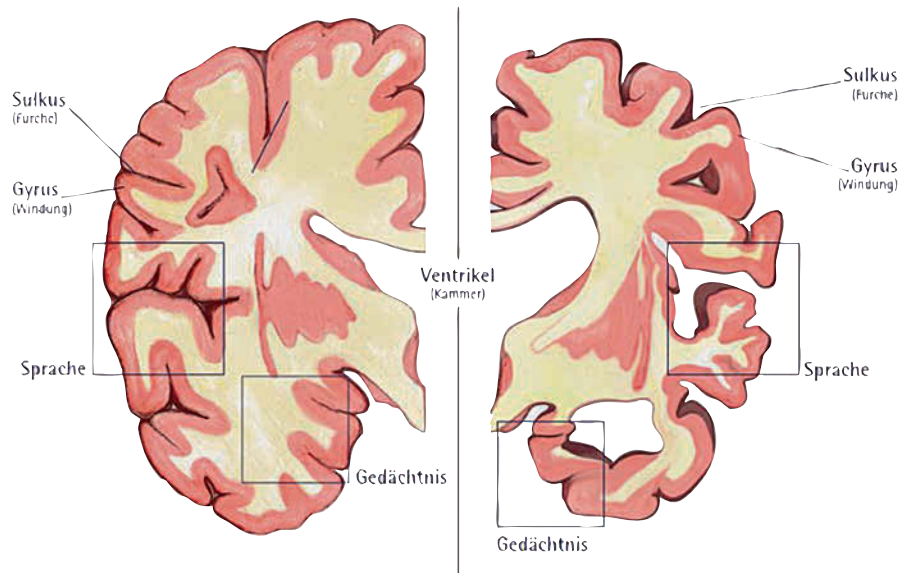
Weitere Demenzformen sind die Vaskuläre Demenz, die aufgrund von Durchblutungsstörungen entsteht, und Morbus Pick. Hier werden zunächst Nervenzellen im Stirn- oder Schläfenlappen des Gehirns abgebaut, was eine Veränderung von Persönlichkeit und Sozialverhalten zur Folge hat. Morbus Pick beginnt oft bereits zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr.

Prozessen verschont. Und so können sich „Demenzranke gewissermaßen emotional erinnern, ohne einen kognitiven Zugriff auf die Erinnerungen zu haben. Wenn wir Musik abspielen, die die Betroffenen nicht mehr erkennen, bei der wir aber von Angehörigen wissen, dass sie ihnen aus früheren Zeiten vertraut ist, können wir beobachten, dass Stress reduziert wird.“

Stressreduktion ist eine der wichtigsten Wirkungen von Musiktherapie bei Demenzpatienten. Aber Musik kann noch viel mehr: Sie aktiviert Menschen, die sich aufgrund ihrer Krankheit oft zurückziehen; selbst wer nicht singen will oder kann, wippt vielleicht mit dem Fuß im Takt oder lässt sich sogar zu einem Tänzchen bewegen. Auch das vegetative Nervensystem wird angeregt, Blutdruck, Herzschlag und Atmung werden stimuliert. Musik kann ein Schlüssel zu Erinnerungen sein: an die erste Liebe, an den Lehrer, der das Lied zu Beginn der Schulstunde angestimmt hat, oder, wie bei Frau Braun, an das Tanzvergnügen in der Jugend. Musik schafft Gemeinschaft, sei es beim Singen, beim gemeinsamen Hören alter Schallplatten oder beim Spielen auf einfachen Instrumenten. Und sie vermittelt angesichts der Verluste und Einschränkungen, die die Krankheit mit sich bringt, ein Gefühl von Kompetenz. „Singen, irgendetwas singen, Kinderlieder oder Kirchenlieder“,

Gesundes Gehirn

Alzheimer-Gehirn



Bei der Alzheimer-Krankheit bildet sich das Hirngewebe zurück, im Extremfall kann die Hirnmasse bis zu 20 Prozent schrumpfen. Die Rillen oder Furchen im Gehirn, genannt Sulci (Plural von Sulcus), sind sichtbar erweitert, und es zeigt sich ein Rückgang der Gyri (Plural von Gyrus), der gut entwickelten Falten an der Hirnoberfläche. Außerdem sind die Ventrikel oder Kammern im Innern des Gehirns, die die Hirnflüssigkeit enthalten, stark erweitert. Im frühen Stadium der Alzheimer-Erkrankung baut das Kurzzeitgedächtnis ab, wenn die Zellen im Hippocampus, der Teil des limbischen Systems ist, degenerieren.

Die Fähigkeit, tägliche Routinearbeiten zu erledigen, nimmt ab. Wenn die Alzheimer-Krankheit sich über die Hirnrinde verteilt (die Außenhülle des Gehirns), schwindet das Urteilsvermögen, es kann zu emotionalen Ausbrüchen und Beeinträchtigung der Sprache kommen. Der Verlauf der Erkrankung führt zum Absterben von immer mehr Nervenzellen und hat unter anderem Verhaltensänderungen wie Umherwandern und Erregungszustände zur Folge.

Quelle (Text und Grafik): Alzheimer Forschung Initiative e.V.

schreibt der amerikanische Psychologe Richard Taylor, bei dem im Alter von 58 Jahren Alzheimer diagnostiziert wurde, „verschafft mir das Gefühl, dass ich mich normal, ja sogar gut fühle. Auch Summen tut gut. Lippen, Mund und Kehle fühlen sich gut an dabei, aber auch Kopf und Herz werden angeregt, sich gut zu fühlen“. Wenn er singe, fühle er sich „sicher, intakt, kerngesund und lebendig!“

Von den Musiktherapeuten verlangt der Umgang mit Demenzpatienten viel Fingerspitzengefühl und Einfühlungsvermögen. Wenn Cornelia Klären, Musiktherapeutin aus Münster, zum ersten Mal zu neuen Klienten kommt, hat sie „ganz viel im Gepäck“: eine Fülle an Liedern, die sie mittlerweile auswendig kennt, für alle Fälle noch ein Liederbuch, aber auch leicht spielbare Instrumente. Was dann passiert, hängt von den Menschen und ihren Bedürfnissen ab. Denn es geht nicht darum, ein musikpädagogisches Ziel zu erreichen, sondern eine Beziehung aufzubauen – und niemanden auf seine Defizite zu stoßen. Ein unbekanntes Instrument kann einschüchternd wirken. Und gemeinsames Improvisieren, das

Wenn die Sprachfähigkeit schwindet, wird die Improvisation oft zum Kommunikationsmittel

in vielen musiktherapeutischen Kontexten den unmittelbaren Ausdruck von Befindlichkeiten ermöglicht, lehnen Demenzpatienten in einem frühen Stadium oft ab, erklärt Cornelia Klären: „Wenn die Orientierung in verschiedenen Lebensbereichen verloren geht, hat man den ganzen Tag Improvisation. Man weiß nicht, wo man ist, man weiß nicht, wie spät es ist, man weiß nicht, was als Nächstes kommt, und dann wird die Improvisation als ein zusätzliches neues und unsicheres Gebiet empfunden.“ Im weiteren Verlauf der Krankheit hingegen, wenn das sprachliche Ausdrucksvermögen zusehends schwindet und es immer schwieriger wird, mit der Umwelt in Kontakt zu treten, erweist sich Improvisation vielfach als unschätzbares Kommunikationsmittel. Der Demenzkranke kann seine Wut und Verzweiflung durch wildes Schütteln einer Rassel ausdrücken oder den sanften Klängen eines Regenstabs nachspüren; der Therapeut kann den musikalischen Ausdruck aufnehmen und damit in einen Dialog treten. „Man kann sich begegnen in der Musik, was sonst oft kaum möglich ist aufgrund der Erkrankung.“

Cornelia Klären ist eine der Gründerinnen des Dienstleistungsunternehmens „Musik auf Rädern – Ambulante Musiktherapie in Deutschland“. Vier frisch gebackene Diplom-Musiktherapeutinnen hatten 2003 die Idee, Musik „ins Haus“ zu bringen, wie die Aufschrift der Autos verkündet, die mittlerweile in 14 Städten und Landkreisen unterwegs sind. Zu den Kunden der mobilen Teams gehören Seniorenheime, Krankenhäuser, Einrichtungen für Menschen mit Behinderung, aber auch Kindergärten, Schulen und einige private Haushalte.

einer Kostenreduktion oder zumindest einer Stagnation der Kosten führt“. Eine höhere Lebensqualität der Betroffenen vermindert die Belastung für ihre Betreuer; und nicht nur für die Demenzkranken, sondern auch für ihre Angehörigen kann es ein beglückendes Erlebnis sein, wenn durch die Musik verborgene Fähigkeiten offenbar werden. Womöglich lässt sich gar der Aufenthalt in der Gerontopsychiatrie vermeiden oder der Umzug ins Pflegeheim zumindest hinauszögern.

In dem Mietshaus in Berlin-Zehlendorf besucht Dorothea

Fotos: Ulrich Dahl



Ein Tänzchen mit der Therapeutin Dorothea Muthesius weckt ungeahnte Lebensgeister (l.). Die einfach zu spielende Leier ist in der Musiktherapie sehr beliebt (o.).

Letztere waren die ursprünglichen Adressaten des Angebots, aber in diesem Bereich konnte sich „Musik auf Rädern“ bislang nicht etablieren – vielleicht, weil die Kosten (noch) nicht von den Krankenkassen übernommen werden.

Das könnte sich längerfristig ändern. Während man die Wirksamkeit der Musiktherapie bei Demenz lange Zeit überwiegend aus Alltagsbeobachtungen ableitete, sind in den vergangenen Jahren empirische Studien entstanden, die höchsten wissenschaftlichen Ansprüchen genügen – unter immensem Aufwand, sind doch zahllose Parameter zu berücksichtigen. „Die Musik, die allen Patienten hilft, gibt es nicht“, sagt der Musikmediziner Eckart Altenmüller – von den individuellen Persönlichkeiten und den unterschiedlichen Krankheitsverläufen der Betroffenen ganz zu schweigen.

Vorangetrieben wird die Forschung unter anderem an der Hochschule für angewandte Wissenschaften Würzburg-Schweinfurt. Dort können sich seit zwei Jahren angehende Therapeuten im Master-Studiengang „Musiktherapie für Menschen mit Behinderung und Demenz“ speziell für diesen Bereich qualifizieren.

Denn der Bedarf wächst, schon aufgrund der demografischen Entwicklung. Und der Einsatz lohnt sich in vielfacher Hinsicht: „Ich bin davon überzeugt“, sagt Thomas Wosch, der Leiter des Studiengangs, „dass eine gute Betreuung mittelfristig auch eine Entlastung im Pflegebereich bedeutet und zu

Muthesius noch eine zweite Demenz-Wohngemeinschaft. Dort lebt eine 91-jährige ehemalige Opernchor-Sängerin. Sie lädt zum Ende der Therapiestunde in ihr Zimmer ein, das außer zwei Katzen auch ein Klavier beherbergt.

Die alte Dame wirkt vital und gesellig, man merkt ihr nicht an, dass ihr Kurzzeitgedächtnis kaum noch funktioniert und auch das mittelfristige Erinnerungsvermögen stark eingeschränkt ist. Es hindert sie auch nicht daran, sich mit Schwung ans Klavier zu setzen. „Was wollen wir denn singen?“, fragt sie – und begleitet in den nächsten Minuten mit etwas steifen Fingern, aber musikalisch tadellos, was ihre Gäste sich wünschen: „Der Mond ist aufgegangen“, „Kein schöner Land“, „Ännchen von Tharau“. Zu hoch? „Gut, dann fangen wir tiefer an“, sagt sie. Sicher, intakt und lebendig. ■

Hörbuch zum Thema

KlangSpuren. Musiktherapie in Fallgeschichten. Ein Hörbuch (2 CDs), herausgegeben von Barbara Keller und Cornelia Klären. Zu beziehen über www.musikaufraedern.de oder www.amazon.de.

