



# Mit Musik in Bewegung kommen

**Musiktherapie verbessert den Gleichgewichtssinn und hilft, Gangblockaden zu überwinden.**

Musiktherapie ergänzt das therapeutische Angebot bei Behandlung der Parkinsonkrankheit. Sie basiert auf klinischer Erfahrung und stützt sich auf physiologische Mechanismen im Gehirn, die mithilfe bildgebender Verfahren sichtbar gemacht werden können. Die Grundidee der Behandlung ist der Versuch, die bei der Parkinsonkrankheit betroffenen neuronalen Netze durch intakte, rhythmussensitive neuronale Netze zu umgehen. Bei der Parkinsonkrankheit umfasst die Musiktherapie in der Regel mehrere Formen, darunter Tanz und das Hören rhythmischer Musik.

## Beim Tango das Gleichgewicht trainieren

Tanzen, zum Beispiel Tango, wirkt sich nicht nur bei Parkinson, sondern auch bei anderen verwandten Erkrankungen nachweislich vorteilhaft auf das Gleichgewicht und die kognitiven Funktionen aus. Der therapeutische Nutzen des Tanzes ergibt

sich aus seinem spielerischen Aspekt und den sozialen Interaktionen, die er erleichtert und hervorruft. Zudem erlernen Betroffene gestische Sequenzen.

Der von der Musik vorgegebene Rhythmus kann manchen Patienten helfen, behindernde Symptome wie Freezing zu überwinden und Stürze zu vermeiden. Bei diesem Symptom handelt es sich um eine vorübergehende Gehstörung, die darin besteht, dass die Füße plötzlich nicht mehr vom Boden abgehoben werden können. Dieses Phänomen kann umgangen werden, wenn Betroffene versuchen, im Rhythmus der Musik, die sie hören, zu gehen. Manche können gehen, während sie auf ein Metronom achten, das einen Takt vorgibt, oder wenn sie mitreissende Musik hören. Die Frequenz des gewählten Rhythmus hängt vom Patienten ab und kann individuell abgestimmt werden. Einer meiner Patienten erwähnte, dass er gerne

Militärmusik hört, die er als junger Mann gehört hatte, um im Gleichschritt zu marschieren. Das hilft ihm, Freezing-Episoden zu überwinden.

## Musiktherapie im Alltag umsetzen

Musiktherapeutische Techniken sind in Rehabilitationszentren, die sich mit der Parkinsonkrankheit beschäftigen, mittlerweile gut bekannt. Sie sind ein integraler Bestandteil der Behandlungspalette, die vor allem in der Physiotherapie zur Verfügung steht. Sie lassen sich relativ leicht in der Klinik, aber auch im Alltag umsetzen. Anzuführen ist, dass nicht alle Patientinnen und Patienten von der Musiktherapie profitieren. Deshalb werden verschiedene Techniken entwickelt, um für Betroffene die individuell beste Lösung zu finden.

*Dr. med. André Zacharia  
Leitender Arzt Neurologie und Stv. Chefarzt  
Neurologie an der Berner Klinik Montana*



Auf den Takt eines Metronoms zu hören, kann bei Gangblockaden helfen.  
Foto: Keystone



## Freezing-Broschüre

*Tricks gegen Freezing.* Parkinson-Ratgeber, 2016, A5, 12 Seiten. Download: [parkinson.ch](http://parkinson.ch) > Shop > Gratisbroschüren