

Mit Nadeln, Klebstoff und Wackelbrett

Musikerphysiotherapie-Tagung in Osnabrück:
Manchmal kann auch Unorthodoxes helfen

Frauke Adrians

Was ist Schmerz? Sind Musiker dafür anfälliger als andere? Und was können sie tun, damit manche Beschwerden gar nicht erst entstehen? Um solche allgemeinen Fragen drehte sich der 2. Internationale Kongress für Musikerphysiotherapie, hatte manchmal aber für konkrete Probleme auch verblüffend handfeste Lösungen parat.

► **Als Lorimer Moseley** nach seinem Schulabschluss durch Australien trampelte, erlebte er etwas Unvergessliches. Ein Mann, zu dem er gerade ins Auto gestiegen war, zückte ein langes Messer – und rammte sich die Klinge tief in den Oberschenkel. Moseleys Entsetzen wich, als sich herausstellte, dass der Fahrer beinamputiert war und sich diesen derben Prothesen-Scherz offenbar mit jedem Fremden erlaubte.

Nach einer längeren Fahrt krümmte sich der Mann plötzlich vor Schmerzen. Mit verzerrtem Gesicht wies er seinen jungen Fahrgast an, mit einem Schraubenzieher an einer bestimmten Stelle der Beinprothese herumzuhantieren. Sofort verspürte er Erleichterung und konnte die Fahrt fortsetzen. „Waren das echte Schmerzen?“, fragt Lorimer Moseley, der heute Professor für Neurowissenschaft und Physiotherapie an der Universität Adelaide ist. Und gibt die Antwort gleich selbst: „Natürlich! Schmerzen sind immer echt, ganz egal, was sie auslöst.“ Phantomschmerz ist kein Phantom. Und umgekehrt kann ein Placebo den Schmerz wirklich und wahrhaftig lindern. „Wir wissen aus der Forschung, dass Placebo-Kapseln besser wirken, wenn sie durchsichtig sind und kleine weiße ‚Wirk-

stoff‘-Kugeln enthalten, als wenn sie einfach nur weiß sind. Kapseln mit blauen Kugeln sind sogar noch effektiver.“ Man könnte darüber schmunzeln, aber hinter derlei verblüffenden Schmerz-Geschichten und Placebo-Effekten stehen grundsätzliche Fragen, mit denen sich Moseley und seine Kollegen seit Jahrzehnten beschäftigen. Was ist Schmerz eigentlich? Was hilft dagegen? Kann man vorbeugen – und wenn ja, wie?

Stress und Schmerzen im Bewegungsapparat

Schmerzen, ihre Ursachen, ihre Diagnose und Behandlung waren Thema beim 2. Internationalen Kongress für Musikerphysiotherapie, der in Kombination mit dem 17. Symposium der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin (DGfMM) Anfang September an der Hochschule Osnabrück stattfand. Ein wichtiger Teilaspekt der DGfMM-Tagung mit dem Schwerpunkt „Physiotherapie im Fokus der Musikermedizin“: gesundheitliche Beschwerden im Bewegungsapparat („musculoskeletal complaints“). Dass Musikstudenten und Berufsmusiker davon häufiger betroffen



Beugt Verkrampfungen vor: Gewohnheiten aufbrechen, eine neue Stabilität suchen und einfach mal für ein paar Sekunden auf einem Wackelbrett balancieren!

sind als andere, darauf deuten unter anderem die Zwischenergebnisse einer Studie hin, an der ein Team um den Osnabrücker Physiotherapie-Professor Nikolaus Ballenberger forscht. Untersucht werden dabei Musikstudenten in Osnabrück und im kanadischen Alberta im Vergleich mit Studierenden anderer Fachbereiche. Die bislang erhobenen Daten legen den Schluss nahe, dass die jungen Musiker häufiger sowohl unter Stress als auch unter Schmerzen im Bewegungsapparat leiden als ihre nichtmusizierenden Altersgenossen. Allerdings basieren die Zwischenbilanzen auf Angaben von kaum über hundert Menschen; von repräsentativen Ergebnissen lässt sich da noch nicht reden.

Andere Referenten der fast vollständig auf Englisch abgehaltenen „Music Physio“-Tagung, etwa die norwegische Physiotherapeutin Grete Ege und Beatrice Säck von der Hochschule Osnabrück, trugen Erkenntnisse aus Metastudien und Literaturübersichten vor. So hatte Ege 137 Fachartikel der vergangenen vier Jahre zu Störungen im Bewegungsapparat ausgewertet und kam – wenig überraschend – zu dem Ergebnis, dass falsches Üben „destruktiv“ sein kann und dass Hilfe durch Physiotherapie, ärztliche Behand-

lung, aber auch durch körperorientierte Ansätze wie die Alexander-technik möglich ist. Hinter einigen Vortragstiteln auf der Osnabrücker Tagesordnung steckten nicht wenige Allgemeinplätze oder bloße Bestandsaufnahmen; möglicherweise ein Hinweis darauf, dass in der Musikermedizin noch viele Forschungsfelder zu beackern sind.

Fokale Dystonie ist nicht unheilbar

Eckart Altenmüller, Direktor des Instituts für Musikphysiologie und Musikermedizin an der Hochschule für Musik, Theater und Medien (HMTM) Hannover, verhalf seinem Publikum dann aber zu einem etwas tieferen Einblick in das Thema „Bewegungsstörungen bei Musikern“. Unrealistische Erwartungen, eine verhängnisvolle Fehlerkultur und übertriebenes Vergleichen – etwa zwischen live vorgetragener Musik und berühmten, vermeintlich makellosen Aufnahmen – machte er mitverantwortlich für Störungen bis hin zur gefürchteten fokalen Dystonie. ...

... Lesen Sie weiter in *das Orchester* 12/2018