

Schläft ein Lied in allen Dingen



EIN PROJEKT der Universität Jena und des GKV-Spitzenverbandes setzt auf Musik und macht Menschen mit Demenz wieder mit ihren eigenen Erinnerungen bekannt. ▶ »Yesterday, all my troubles seemed so far away...« – unvergessen der erste Schwoof mit der Angebeteten in der Dorfdisco zum Evergreen der Beatles. »Weißt du noch?« Irgendwann zwischen 15 und 25 prägt sich bei jungen Leuten der Musikgeschmack aus, der sie ein Leben lang begleiten wird. Sei es Wanderlied oder Knabenchor, Feuerwehrkapelle oder große Oper – und meistens sind solche Lieblingstitel verbunden mit Lebensstationen, an die sich die Altgewordenen dann mit Freude und Rührung erinnern.

Wie sich jetzt zeigt, gilt das auch für Menschen mit Demenz. Erstaunliches hat in diesem Zusammenhang ein Projekt der Friedrich-Schiller-Universität Jena unter Leitung von Prof. Dr. Gabriele Wilz und des GKV-Spitzenverbandes zutage gefördert, das in fünf Thüringer Pflegeheimen und für 130 Menschen mit Demenz lief: »Individualisierte Musik für Menschen mit Demenz«. Und in der Tat: Wenn demenziell Erkrankte die Musik ihrer Jugend hören, werden sie denen wieder ähnlicher, die sie mal waren.

1000 Musikeinheiten. Eine Detektivarbeit!

Mit Hilfe der Angehörigen und ihrer Erinnerungen an die Jugend ihrer Mutter oder des Großvaters entwarfen die Uni-Mitarbeiterinnen in lohnender Detektivarbeit für jeden demenziell Erkrankten je drei Listen mit der vermutlich passenden Musik: Das »Rennsteiglied«, »Horch, was kommt von draußen rein«, aber auch der Elvis-Titel »Can't Help Falling In Love« oder der Bach-Choral »Wie soll ich dich empfangen?«. »Insgesamt über 1000 Musikeinheiten wurden gehört!«, wie Doreen Rother sagt, Psychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin in dem Projekt.

Sechs Wochen lang erhielten die Betroffenen drei- bis viermal in der Woche per MP-3-Player und Kopfhörer ihre Lieblingsmusik auf die Ohren, je 20 Minuten lang. Das Ergebnis: Die Patientin, die sonst wochenlang schweigt, beginnt zu lachen,

berichten Pflegekräfte, »durch die Musik kam das wieder mehr zum Vorschein.« Die sozialen Kontakte der alten Leute wurden »wesentlich enger und verwurzelter«, so eine andere Stimme. Die Musik linderte die Unruhe der Pflegebedürftigen, und manche haben »dem Musikhören den ganzen Tag entgegengefeibert«, berichtet eine andere Altenpflegerin.

Berührende Szenen

»Wir haben wirklich berührende Szenen beobachtet«, bestätigt Rother. Einige Pflegebedürftige waren ruhiger als zuvor, bei anderen hellte sich die Stimmung auf oder belebte sich die Kommunikation.

Zugleich mussten die Jenaer Wissenschaftlerinnen nur sehr wenige negative Effekte der Musik verzeichnen. »Ausgesprochen selten reagierten die Probanden mit Unwillen und Ungeduld auf die Musik und wir mussten abbrechen«, berichtet Rother.

Dagegen wirkte sich die Musik sehr positiv auf die Pflege aus. Die Teilnehmenden waren zugänglicher. »Wir wollen die Musik nicht instrumentalisieren«, betont Rother. »Doch ist Musik eine kostengünstige, nebenwirkungsarme und relativ leicht einsetzbare Methode, um das Wohlbefinden von Menschen zu verbessern. Sie kann Menschen mit Demenz Augenblicke der Freude, der Erinnerung oder des Wohlgefühls schenken.«

Das Projekt fand in den Jahren 2018 bis 2021 statt. Aufgrund der guten Erfahrungen soll jetzt die Lieblingsmusik auch für Menschen mit Demenz erklingen, die zu Hause gepflegt werden. Dann werden die pflegenden Angehörigen die Musik über eine App auf einem Tablet nutzen können. Hierfür suchen die Initiatorinnen noch Teilnehmende in Mitteldeutschland.

»Schläft ein Lied in allen Dingen? Wohl wahr. Aber wann die hervorgeholten Erinnerungen wieder verklingen, wissen nur die Betroffenen. ◻

Christian Beneker
ist Fachjournalist
für Gesundheitspolitik.
christian.beneker@
tonline.de



Infos unter www.musik-demenz.de