

Musik und Herzerkrankungen Einige Hinweise

Die Literatur ist unter www.wisiomed.de Linke Leiste „downloads Bildung“ Nr. 14 aufgeführt

in Kooperation mit der **Memory-Liga e. V. Zell a. H.**
sowie dem **Verband der Gehirntainer Deutschlands VGD®**
und **Wisiomed® Akademie Haslach (www.wisiomed.de)**

Die Unterlagen dürfen in jeder Weise in unveränderter Form unter Angabe des Herausgebers in nicht kommerzieller Weise verwendet werden!

Wir sind dankbar für Veränderungsvorschläge, Erweiterungen, Anregungen und Korrekturen, die sie uns jederzeit unter memoryfischer@gmx.de zukommen lassen können.

Musik und Herzerkrankung

Sogar bei Patienten mit koronarer Herzerkrankung erhöht bei körperlichem Training Musik (Kontrollgruppe ohne Musik) signifikant die **Wortflüssigkeit**.

(Emery 2003)

Bei diesen Patienten vermindert sich bei Entspannungsmusik während körperlichem Training die Ängstlichkeit und Furcht. (Vollert et al 2003)

Wenn Herzpatienten „Hexameter“ (Homer: Odyssee, Ilias) aufsagen, synchronisieren sich Atmung und Herzschlag. (Cysarz 2004)

Herzpatienten und gesunde Personen sollten diese Übung viel häufiger als einfache und hochwirksame Entspannungstechnik nutzen. (s. o.)

Bettlägerige Herzpatienten, bei denen ein invasiver Eingriff am Herzen bevorsteht, verbessert eine 30 Minuten dauernde Entspannungsmusik den Blutdruck, die Atmungsfrequenz und den Stresspegel. (Cadigan et al 2001)

Patienten, die sich in der Regenerationsphase nach einem akuten Herzinfarkt befinden verbessert eine Entspannungsmusik (20 Minuten) in einer ruhigen,

entspannenden Umgebung die Ängstlichkeit. Dieser Effekt war auch eine Stunde nach Beendigung der Musik nachzuweisen. (White 1999)

PS: Ein Einzelfallbericht von einem Patienten mit einem Zustand nach einem Herzstillstand zeigt auf, dass sich hier eine „**Musicophilia**“, eine regelrechte Sucht nach romantischer Musik entwickelte, obwohl dieser Patient vor der Erkrankung nur Rockmusik geliebt hatte. Diese Sucht wird so überwertig, dass er einen Flügel kauft, Unsummen in den Kauf von Schallplatten, Noten und Klavierunterricht investiert, nächtelang, ohne zu ermüden, von seinen musikalischen Vorstellungen wachgehalten wird, zu komponieren beginnt, Konzerte gibt und sich scheiden lässt, da es in seinem Leben nichts mehr anderes gibt als Musik, Musik, Musik. (Sacks 2007)