

Eun-Jeong Lee
Dr. sc. hum.

Die Klänge tragen mich fort
Effekte von Monochordklängen in der gynäkologischen Onkologie
-Eine randomisierte kontrollierte klinische Studie über Musikwirkung
während der Chemotherapie im Vergleich zur Progressiven Muskelrelaxation

Promotionsfach: Psychosomatik
Doktorvater: Prof. Dr.med. Dipl.-Psych. Rolf Verres

Das Monochord ist ein Musikinstrument mit gleich gestimmten Saiten, welches wohlthuende ‚Klangwolken‘ erzeugt und in der Musiktherapie häufig angewendet wird, um Entspannung zu fördern, Schmerz zu lindern und generell die Körperwahrnehmung zu fördern. Als Charakteristika des Instruments gelten Monotonalität, Obertonreihe, Permanenz der Klangreihe und Ungewöhnlichkeit. Insgesamt sechs Studien zeigen die positive Wirkung der Monochordklänge. Drei dieser Studien (Hartogh 2001, Jungaberle et al. 2003, Sommer & Louven 2006) belegen, dass die Monochordklänge bei den Probanden als „angenehm“ und „entspannungsfördernd“ wahrgenommen wurden. Zwei Studien (Fachner & Rittner 2003, Sandler et al. 2008) mit EEG-Untersuchungen zeigen, dass die Probanden auf dem Liegemonochord eine Bewusstseinsveränderung erlebten. Eine einzige klinische Studie von Rose und Weis (2008) weist drauf hin, dass die onkologischen Patienten die Monochordklänge angenehm und entspannungsfördernd wahrnehmen. Aus dem Erfahrungswissen von Musiktherapeuten (Zeuch 1999) und den obengenannten bisherigen empirischen Studien kann man schließen, dass das Hören von Monochordklängen für viele Patienten zur Entspannung, Schmerzlinderung, Stressabbau und Angstlinderung geeignet ist.

In dieser Studie wird die therapeutische Wirkung der Monochordklänge wissenschaftlich untersucht und mit progressive Muskelrelaxation (PMR) verglichen, um deren mögliche adjuvante entspannungsfördernde Wirkung während der Chemotherapie zu eruieren. Hierzu wurde in der onkologischen Ambulanz der Frauenklinik, Uniklinik Heidelberg zwischen Februar und Dezember 2009 eine klinische Studie geleitet. Untersucht wurden drei Gruppen (n=63). Die Mono-Gruppe (n=22) hörte Monochordklänge für 30 Min. und die PMR-Gruppe (n=21) erhielt

die PMR-Übung für 30 Min während der Chemotherapie. Die Kontrollgruppe erhielt reguläre Chemotherapie ohne Entspannungsangebote. Die Entspannungs-möglichkeiten wurden insgesamt 4 Mal angeboten vom 2. bis zum 5. Chemotherapie-Zyklus. Bei den Prä- und Post-Messungen wurden mit dem Spielberger State Angst-Inventar, VAS(Schmerz), EORTC (Lebensqualität) und Fragebögen die Befindlichkeit und das subjektive Erleben der Patientinnen untersucht. Beim 2. und 5. Chemotherapie-Zyklus wurden mittels EEG der Entspannungsstatus und die Tiefe der Entspannung angezeigt. Die Untersuchung der Kontrollgruppe wurde noch weitergeführt, um die Lebensqualität, den Angstzustand und den Schmerz von beiden Entspannungsgruppen besser abschätzen zu können.

Die Patientinnen waren nach dem Hören der Monochordklänge bzw. dem Üben von PMR psychisch und physisch deutlich entspannter und zeigten weniger situationsbedingte Angst als vorher. Bezüglich der Lebensqualität zeigte sich kein Unterschied zwischen den beiden Entspannungsgruppen und der Kontrollgruppe. Aus EEG-Daten konnte beobachtet werden, dass die posteriore Theta-Wellen-Aktivität durch das Hören von Monochordklängen und das Üben von PMR erhöht wurde, während die anteriore Beta II-Wellen-Aktivität eine hochsignifikante Senkung zeigte.

In der Heidelberger Studie wurde nachgewiesen, dass die Monochordklänge für die gynäkologische Patientinnen während der Chemotherapie ähnlich angstlindernd und entspannungsfördernd wirken wie die Progressive Muskelrelaxation. Weiterhin sollten adäquate Konzepte strukturiert aufgebaut werden, um Musiktherapie und MusikMedizin als anerkannte alternativ-medizinische Angebote im Gesundheitssystem zu etablieren.