

Marco Warth

Dr. sc. hum.

Die Wirksamkeit von Musiktherapie in der Palliativmedizin – Eine randomisiert-kontrollierte Studie zu psychologischen und physiologischen Effekten einer rezeptiven Entspannungstechnik

Fach: Anaesthesiologie

Doktorvater: Prof. Dr. med. Hubert J. Bardenheuer

Musiktherapeutische Interventionen werden seit über 35 Jahren erfolgreich in der Arbeit mit schwerstkranken und sterbenden Patienten eingesetzt. Musiktherapeuten nutzen Verfahren aus den Bereichen Entspannungs-/Imaginationsübungen, Liedtechniken und Improvisationsformen, um die Lebensqualität unheilbar erkrankter Menschen zu erhalten oder zu verbessern. Trotz erster empirischer Ergebnisse zur Effektivität von Musiktherapie im Hinblick auf Schmerzreduktion und die Verbesserung des Wohlbefindens reicht der gegenwärtige Stand der Forschung bislang nicht für eine evidenzbasierte Beurteilung der Wirksamkeit des Verfahrens aus. Ziel der vorliegenden Arbeit war es daher, einen Beitrag zur Evidenzbasierung von Musiktherapie in der Palliativmedizin zu leisten, indem die psychologischen und physiologischen Effekte einer rezeptiven, musiktherapeutischen Entspannungsübung im Rahmen einer empirischen Studie untersucht wurden.

Hierzu wurden 84 Patienten einer Palliativstation im randomisiert-kontrollierten Parallel-Design einer von zwei Untersuchungsgruppen zugeteilt. In der Musiktherapie-Gruppe nahmen die Patienten an zwei Sitzungen einer live gespielten, musikalisch gestützten Entspannungsintervention teil. Patienten in der Kontrollgruppe hörten eine gesprochene Achtsamkeitsübung über Kopfhörer. Primärer Endpunkt der Studie war die unmittelbare Veränderung der Selbsteinschätzung der Patienten hinsichtlich Entspannung, Wohlbefinden und Schmerz, jeweils gemessen über visuelle Analogskalen. Zusätzlich wurden die physiologische Reaktion der Patienten mittels Photoplethysmographie und die gesundheitsbezogene Lebensqualität über den Fragebogen EORTC QLQ-C15-PAL erfasst. Die primäre Datenanalysestrategie gründete auf einem "intention-to-treat"-Ansatz und nutzte Kovarianzanalysen als statistisches Verfahren. Zusätzlich wurde der kontinuierliche Verlauf der physiologischen Variablen mithilfe von Mehrebenenanalysen modelliert.

Es zeigten sich signifikant stärkere Verbesserungen durch Musiktherapie hinsichtlich der Selbsteinschätzung von Entspannung und Wohlbefinden. Bezogen auf die Schmerzreduktion zeigten sich keine bedeutsamen Unterschiede zwischen den Gruppen. Der Prä-Post-Vergleich

des autonomen Erregungszustands ergab eine signifikant stärkere Zunahme vagal modulierter Herzfrequenzvariabilität (HF) sowie einen marginal signifikant stärkeren Anstieg des peripheren Blutvolumenflusses (BVP-A) in der Musiktherapie-Gruppe. Die Analyse des zeitlichen Verlaufs durch Mehrebenenmodelle zeigte darüber hinaus, dass die Herzfrequenzvariabilität in beiden Gruppen zunächst abfiel und erst in der Ruhephase nach der Entspannungsübung wieder anstieg. Das Niveau der HF-Werte lag über die gesamte Dauer der Musiktherapie-Intervention signifikant über dem der Kontrollgruppe. Darüber hinaus zeigte sich ein signifikant stärkerer Anstieg der Peripherdurchblutung während der musiktherapeutischen Entspannungsübung. Der Verlauf der beiden physiologischen Messparameter HF und BVP-A wurde bedeutsam vom subjektiven Schmerzempfinden der Patienten beeinflusst. Die Verbesserung der allgemeinen Lebensqualität fiel in beiden Gruppen ähnlich stark aus. Es zeigte sich jedoch eine signifikante Überlegenheit der Musiktherapie-Intervention hinsichtlich der Verringerung von Fatigue.

Sowohl die Ergebnisse der Selbsteinschätzungen als auch die Analyse objektiver, physiologischer Daten liefern Evidenz für eine nachweisbare Entspannungsreaktion durch rezeptive Musiktherapie, die sich unter anderem in einer Steigerung des Wohlbefindens und in einer Verringerung des sympathischen Aktivierungsniveaus manifestiert. Dabei spielt das Ausmaß des Vorhandenseins akuter Schmerzen offenbar eine moderierende Rolle. Ausschlaggebend für das Einsetzen einer Entspannungsreaktion sind vermutlich sowohl musikalische Charakteristika wie Trophotropie und Entrainment als auch der Aufbau einer therapeutischen Beziehung. Rezeptive Musiktherapie ist daher möglicherweise indiziert beim Auftreten stressbedingter Symptome in der palliativmedizinischen Versorgung unheilbar erkrankter Patienten. Zukünftige Studien sollten die vielversprechenden Möglichkeiten musiktherapeutischer Entspannungsübungen in der komplementären Behandlung von Erschöpfungssymptomen und Obstipation weiter untersuchen.