

Sie lässt mit Hilfe von Musik Schmerzen vergessen

Als Musiktherapeutin am Rehab Basel unterstützt Mireille Lesslauer die Patienten dabei, Fähigkeiten wie Sprechen neu zu erlernen.

von Melina Schneider



Mireille Lesslauer ist zu 60 Prozent als Musiktherapeutin am Rehab tätig. Die restliche Zeit ist sie als Geigerin in mehreren Ensembles und Orchestern aktiv. Bild: Melina Schneider

«D'w. Nuss vo Bümpliz isch schön win es Ffür i dr Nacht win e Rose im Schnee»: Es gibt wohl kaum jemanden in der Deutschschweiz, der nicht beschwingt mitsingt, wenn diese Zeilen aus dem Radio erklingen.

Oder wenn in einem Club aus den Musikboxen zu hören ist: «Dale a tu cuerpo alegría Macarena». Da streckt man schon beinahe automatisch im Takt die Arme nach vorne, dann die Hände an die

Schultern, hinter den Kopf, an die Hüfte und macht zum Abschluss eine 90-Grad-Drehung.

Doch was ist, wenn all das nicht mehr geht? Wenn man seit einer Gehirnentzündung weder sprechen noch singen kann? Oder wenn man nach einem Motorradunfall ab dem dritten Halswirbel gelähmt ist und weder Beine noch Arme bewegen kann?

«Eine Frau, die hüftabwärts gelähmt ist, sagte mir nach einer Behandlung auf dem Monochord: «Meine Beine fühlten sich leicht an. Das brennende Gefühl und die Schwere waren weg.»»

Mireille Lesslauer, Musiktherapeutin am Rehab

Dann kann Musik eine völlig neue Bedeutung bekommen. Dann geht es nicht mehr allein darum, die Lust zum Tanzen und Singen zu wecken, sondern Erinnerungen hervorzurufen, Sprechen neu zu erlernen, Schmerzen zu lindern oder Bewegungsabläufe zu festigen.

All diese Therapieansätze beinhaltet die neurologische Musiktherapie, die sich in den letzten Jahrzehnten in der Schweiz in den verschiedensten medizinischen Bereichen immer mehr etabliert hat. So auch am Rehab Basel, Klinik für Neurorehabilitation und Paraplegiologie. Seit 2013 ist sie hier fester Bestandteil, wenn es darum geht, Patienten mit einer Hirnschädigung oder einer Rückenmarksverletzung zurück ins Leben zu führen.

Ein Ort, wo die Krankheit in den Hintergrund rückt

Erste Etage, Wachkoma-Station: Hier am Ende des Gangs, in einem von aussen unscheinbaren Raum, befindet sich das Reich von Mireille Lesslauer. Ich treffe die 52-Jährige an einem Montag, um mehr über ihren Beruf als Musiktherapeutin zu erfahren.

Hier steht ein Klavier, da ein Bongo und in der Ecke ein Vibraphon, ein Schlaginstrument ähnlich dem Xylophon – es macht den Eindruck als befände man sich in einem Musikzimmer an einer Schule. «Von den Patientinnen und Patienten höre ich oft, dass sie sich hier fühlen, als

wären sie ausserhalb der Klinik. An einem Ort, wo sie sich für einmal nicht mit ihrer Krankheit beschäftigen müssen», sagt Lesslauer.

Seit die Musiktherapie vor acht Jahren fix in den Rehabilitations-Plan integriert wurde, ist sie zu 60 Prozent am Rehab tätig. Die restliche Zeit ist sie als Geigerin in mehreren Ensembles und Orchestern aktiv und unterrichtet an der Musikschule. «In der Arbeit mit so unterschiedlichen Menschen lerne ich immer wieder aufs Neue, was ich von gesunden Menschen verlangen kann und was von Menschen mit Verletzungen oder Krankheiten.»

Bei den Patienten im Rehab stehe vor allem eines im Vordergrund: Training, Training, Training. «Auch die Musiktherapie kennt die aktive therapeutische Arbeit, bei dem die Leute selber Instrumente spielen oder singen. Es gibt aber auch den rezeptiven Bereich, bei dem die Wahrnehmung der Musik und deren Wirkung auf den Patienten im Vordergrund stehen und auch mal Entspannen angesagt ist», erklärt Lesslauer.

Als Beispiel aus der aktiven Therapie nennt die professionelle Musikerin das Sprechen. «Um Wörter richtig aussprechen zu können, koordinieren wir eine riesige Anzahl feinsten Muskelbewegungen in Kehle, Mund und der Atemsteuerung. Wenn diese Fähigkeiten gestört sind, kann man mit Hilfe von Melodien und Sprechgesang das Aussprechen von Worten unterstützen und wieder neu lernen.»

Den Grundstein für all diese Übungen bilden die verschiedenen Elemente der Musik wie der Rhythmus, die Dynamik, der Klang oder die Melodie, die eine Lebensstruktur hörbar machen, erklärt Lesslauer. «Im Rhythmus verdeutlicht Musik zum Beispiel das Element Zeit.» Mit der Lautstärke hingegen kommt jemand eher mit Dynamik und der Entfaltung von Kraft in Kontakt.

«Das klingt im ersten Moment sehr theoretisch. Unsere Patienten in der Neurorehabilitation verfügen jedoch oft über ein beeinträchtigtes Strukturempfinden oder die Raumwahrnehmung ist nicht intakt. Mit der Musik können sie diese Fähigkeiten wieder zurückgewinnen.»

Ein konkretes Beispiel zeige sich bei Menschen mit Parkinson. Diese lernen, wieder richtig zu gehen, in dem sie zum Rhythmus eines Liedes kontrolliert Schritte ausführen.

Musik als Gefäss, Gefühle ausleben zu können

Ein Grundrezept, das bei jedem Patienten anschlägt, gebe es aber nicht. Im Rehab werden Menschen mit teils schweren Schicksalsschlägen behandelt, auf die es individuell einzugehen gilt. Zwar werde die Musiktherapie in den meisten Fällen ärztlich verordnet, die Teilnahme sei aber freiwillig.

«Mein Vorteil ist, dass ich ohne von aussen vorgegebene Ziele spezifisch auf die Potenziale und Interessen der Patienten eingehen kann. Der Therapiealltag hier ist sehr anstrengend. Die Patienten können die Musiktherapie beispielsweise als ein Gefäss nutzen, um wütend zu sein oder zweifeln zu können. Dafür bietet die Musiktherapie eine Möglichkeit», sagt Lesslauer.

Vor allem das gemeinsame aktive Musizieren mit Instrumenten in der Klinik sei beliebt, wenn es darum geht, gewisse Bewegungsabläufe neu zu erlernen. «Beispielsweise stelle ich eine Trommel vor den Patienten hin, damit er sich nach vorne lehnen muss, um draufschlagen zu können. So trainieren wir die Gewichtsverlagerung.»



Von der Harfe bis hin zum Bongo ist im Zimmer von Mireille Lesslauer beinahe jedes Instrument anzutreffen. Das gemeinsame Musizieren sei denn auch äusserst beliebt bei den Patienten. Bild: Melina Schneider

Intensive Klänge und Vibrationen

Der Star unter den Instrumenten ist das Monochord. Eine Art Bett, unter dem Saiten aufgespannt sind. Lesslauer spielt wie bei einer Harfe. Dabei werden intensive Klänge und Vibrationen erzeugt. Dem Patienten, der auf dem Monochord liegt, soll dies helfen, zu entspannen.

Ich bekomme die Möglichkeit das Monochord selbst zu testen. Und tatsächlich: Die Vibration, die durch die Schwingung der Saiten entsteht, durchdringt den ganzen Körper. Die Klangkulisse nimmt einen vollständig ein, alle anderen Geräusche verschwinden. Es fühlt sich an, als ob man in einem geborgenen Raum liegen würde – ein angenehmes Gefühl.

Es gebe auch Patienten, die in der Zeit auf dem Monochord ihre Schmerzen nicht wahrnehmen würden, so Lesslauer. «Eine Frau, die hüftabwärts gelähmt ist, sagte mir einmal nach einer Behandlung:

«Meine Beine fühlten sich leicht an. Das brennende Gefühl und die Schwere, die seit der Erkrankung da sind, waren weg.»»

Eine Brücke zu einer unbeschwerten Zeit

Das Monochord hat noch eine weitere Funktion: Erinnerungen zu wecken. Dies geschehe dadurch, dass die Melodien Emotionen auslösen, die man mit spezifischen Erinnerungen verbindet. Lesslauer singt mit den Patienten oft auch Lieder aus deren Vergangenheit. «Bei einer älteren Frau kamen dadurch Erinnerungen an ihre Kindheit in Ostdeutschland in den 1930er Jahren hoch.»

Bei all diesen Hilfeleistungen: Gibt es etwas, das die Musiktherapie nicht kann? «Ja, sie kann wegen der Individualität der Behandlung wenig exakte Messdaten liefern. In einer Gesellschaft, in der alles mit Statistiken belegt werden muss, kann dies ein erschwerender Punkt sein bei der Anerkennung des Therapiegewinns.» Für Lesslauer sei es aber genau das, was diese Form von Therapie ausmache.

«Ich kann mich voll auf den Menschen einlassen, ohne ein starres Schema berücksichtigen zu müssen. Wenn ein Patient zur Musiktherapie einen guten Zugang findet, gelingt es oft, mit der Musik eine Brücke zu einer unbeschwerten Zeit in seiner Biografie zu schlagen.» Solche Momente seien die schönsten in ihrem Berufsalltag, sagt Lesslauer.