

Spürbare Effekte

Diese wunderbare Kraft gegen Demenz ist wissenschaftlich belegt

16.09.2024



Mehr als nur schön. Die Kraft der Musik ist wissenschaftlich belegt.
(Symbolbild) © Getty Images/Toa55

Viele an Demenz erkrankte Menschen leben scheinbar in ihrer eigenen Welt. Dabei gibt es Möglichkeiten, sie zeitweise wieder stärker ins soziale Miteinander zurückzuholen: ganz ohne Medikamente, mit Musik.

"Alive inside" (Im Inneren lebendig) - ein Dokumentarfilm dieses Namens zeigt, was Musik bei Demenzkranken alles hervorholen kann. "Ich kann mich nicht mehr erinnern", sagt eine 90-jährige Frau auf die Frage, wie ihr Leben war. "Ich habe so viel vergessen. Es tut mir leid."

Doch nur kurze Zeit später sprudeln die Erinnerungen und Geschichten nur so aus ihr heraus. Sie hat inzwischen Kopfhörer auf und hört Musik von Louis Armstrong.

Bessere kognitive Fähigkeiten, weniger Unruhe und Depression

Inzwischen ist die Kraft der Musik bei Alzheimer und anderen Demenzerkrankungen wissenschaftlich belegt. "Es hat sich gezeigt, dass Musiktherapie die kognitiven Fähigkeiten bei Menschen mit Demenz verbessern kann", schreiben etwa die Autorinnen und Autoren einer bereits 2020 veröffentlichten zusammenfassenden Analyse von acht Studien. Bei diesen Menschen verbesserten sich demnach auch die wahrgenommene Lebensqualität direkt nach der Intervention sowie Langzeitdepressionen. Am wirksamsten war dabei Musikhören; doch auch Singen hilft der Analyse zufolge.



An Demenz erkrankte Menschen lauschen im Würzburger Pflegeheim Marie-Juchacz einem Konzert. © dpa / Monika Feldmeier/Nordbayerischer Musikbund/dpa

Ein weiteres Team hat sich in einer 2024 veröffentlichten Studie allein auf Alzheimer konzentriert: Das Ergebnis legt nahe, dass die Behandlung mit Musiktherapie die Hirnleistung von Patienten mit Alzheimer-Krankheit verbessere, schlussfolgert es in der zusammenfassenden Analyse von elf Studien. So seien die Hirnleistung im Allgemeinen, das Reden, die Orientierung und das Gedächtnis besser geworden. Musiktherapie kann einer weiteren Meta-Studie zufolge bei Menschen mit Demenz auch gegen Unruhe helfen. Das Team hatte zwölf Fachartikel ausgewertet und das Ergebnis im Journal "Frontiers of Psychology" präsentiert.



"So arbeitet die Redaktion" informiert Sie, wann und worüber wir berichten, wie wir mit Fehlern umgehen und woher unsere Inhalte stammen. Bei der Berichterstattung halten wir uns an die Richtlinien der Journalism Trust Initiative.