Manuskript zum Vortrag „Musiker-Krankheiten“ zum Kongreß über Musikerkrankheiten im Concertgebouw Amsterdam 1999 von Hartmut Haenchen

Hochleistungssportler auf dem Gebiet der Musik, Weder Geld noch Wissenschaft im auch nur annähernd ähnlichen Umfang für dieses Gebiet zur Verfügung. Kaum körperliches Training, nahezu kein mentales Training.

Ausbildung
Information in den Orchestern
Betreuung

Dirigenten
Christoph von Dohnányi im Stern-Interview 1996 : " Es gibt heute eine größere Partnerschaft zwischen Dirigenten und Orchestern, und die macht es unmöglich, daß der Dirigent sich noch wie ein Star verhält. Sie finden zuweilen sehr viel gebildetere Orchestermusiker als Dirigenten. Wir erleben generell das Ende eines total patriarchalischen Systems."

Gefühl des Musikers über Dirigenten. "Wie fühle ich mich" nicht "Was ist das Ergebnis".

Psychologie
Frustrationen durch ständige Unterordnung. Auch deswegen Kammermusik und solistische Auftreten wichtig. Deutlich zu sehen, daß Menschen, die dieses nicht tun, weit größere psychische Probleme haben.
Höherer Krankenstand bei Menschen aus dem östlichen Ausland, die nicht aus politischen Gründen Ihrer Heimat den Rücken gekehrt haben.

Interdisziplinärer Charakter des Gebietes

Gehirn
Feinmotorische Bewegungsprogramme am Instrument führen zu spezifischen Veränderungen im Bereich der Großhirnrinde. Diese Ausprägung am Größten, wenn vor dem 13. Lebensjahr begonnen wurde. Dieser Effekt wird auch durch rein mentales Üben erreicht, ein Fakt der in der Pädagogik noch viel zu wenig beachtet wird. (Erst innerlich hören und dann spielen usw.)

Haltung und Bewegung

Langdauernde einseitige Über- und Fehlbelastung führen zu chronischen Schmerzsyndromen (das häufigste Beschwerdebild in der Berufsgruppe der Musiker)
Es ist aber nicht so, daß durch weniger Übung dieses Problem kompensiert werden kann. Es wurde nachgewiesen, daß ein hoher instrumentaltechnischer Übungsgrad einen ökonomischeren Kräfteeinsatz mit sich bringt, der bei weniger übenden durch Kraft kompensiert wird und somit zu größeren Schäden führt.

Harfenisten haben eine durchschnittliche Seitwärtsneigung des Kopfes von 20Grad und der Halswirbelsäule von 7 Grad, was bei mehrstündiger täglicher Übung zu dauerhaften Schäden führt.

Neurologische Erkrankungen
Fokale Dystonien (unwillkürlich, zumeist schmerzfreie muskuläre Verkrampfungen und Koordinationsstörungen) bisher nicht restlos geklärte Erscheinung. Glenn Gould ist wohl

das bekannteste Vorbild, dieser Erscheinung, die auch zum Rückzug vom Podium geführt hat.

Linksseitig auftretende Schädigungen des Ellen nerven (Nervus ulnaris) bei Geigern, deren linker Ellbogen in permaneter Beugung gehalten wird.
Nervenkompressionen im Bereich des Schultergürtels werden in erster Linie bei Pianisten, Flötisten und linksseitig bei Geigern gesehen während das Karpaltunnelsyndróm (Einengung der Mittelhandnerven) besonders bei Pianisten und Gitarristen auftritt.

Umlernen von Bewegungsmustern, aber mit welcher Methode

Haut

Druckmarkierungen,Schwielen (Geigerfleck, Geigermal, Geigerknoten) (62% aller Violinisten und Bratscher)
Geigerschwielen an den fingern, Cello-Daumen, Cello-Brust,Cello-Knie
Pianisten-Finger
Druckstellen und Schwielenbildung bei Schlagzeugern
Flötisten-Kinn
Klarinettisten- und Oboisten-Schwiele der Oberlippe
Lippenschwiele bei Trompetern und anderen Blechbläsern
Harfensaitenfinger
Herpes doppelt so viel bei Bläsern, wie bei anderen Menschen

Allergien
Rohr-Allergien (vor allem bei Klarinettisten)
Auch manchmal durch Kolophonium, Hölzer und Lacke der Kinnhalter
Nickel (durch nickelhaltige Teile im Frosch des Bogens) und gelegentlich bei Blechbläsern
Propolis-Allergie
Farbstoff
Gegen Grenadillholz (Fl,Cl)

Veränderungen durch physikalische Vorgänge
Ohrspeicheldrüsenemphysem durch Luftüberdruck in der Mundhöhle

Herzfrequenz unter normalen Umständen tödlich.

Schweiß
Bis zur Korrosion der Querflöte, Dirigent verliert bei einer langen Oper
Neue Klimaanlage, Scheinwerfer ohne Wärmeerzeugung

Mundtrockenheit

Lampenfieber
Selbstmedikation mit Beta-Blockern

Ohren (W. Busch „Musik ist mit Lärm verbunden“)
Schalldruckpegel Erhöhung um 3dB bedeutet Verdoppelung. Immer auch mit der Dauer des Einflusses. (darum ist Kopfhörer und Disko auch weit gefährlicher als Orchestermusik, da der Schalldruckpegel in seinen Spitzen nur kurze Zeit anhält.
Schaumstoff Gehörstöpsel sehr ungeeignet, da die hohen Frequenzen besonders stark gedämpft werden.

Versuch beim NedPhO
Andere Versuche beim Hamburgischen Staatsorchester mit Otoplastiken, die einen über alle Frequenzen gleichmäßige Dämpfung des Schalldruckpegels erreicht haben wurden von Musikern als Bestmöglicher Gehörschutz bei akzeptabel Wahrnehmung des eigenen Spiels eingestuft. Also durch aus als ein Schritt in die richtige Richtung.
NedPhO Ohrstöpsel-Untersuchung, Schirme, Höhenunterschiede, Dämpfmaterial bei Proben,

Augen

Musiker die beim musizieren den Kopf nach vorn neigen (Flötisten, Geiger, Bratscher) dürfen keine zu tief sitzende Brille haben, sonst schauen die Augen stets gegen den oberen Brillenrand.
Zweistärkengläser müssen je nach Instrument anders angelegt sein. (z.B. unteres großes Nahteil zum Notenlesen und kleines oberes Fernteil für den Dirigenten)

Zähne

Heutige Möglichkeiten: Künstliche Zahnwurzeln oder Implantate, Knochenregeneration mit Membrantechniken, Professionelle Zahnreinigung und Ernährungsbeartung, Alternativen zu Amalgan, Transkutane elektrische Nerv-Stimulation.
Eigentlich ein doppelt ausgebildeter Arzt :Zahnarzt und Oralchirurgie

Vorbeugung bei Instrumentenwahl

Selbst habe ich bei Frau ohne Schatten Backenzahn zerbissen, Zähneknirschen

Knochen

Umbildungen vor allem bei früh beginnenden Kindern (Violine, Schlüsselbein)
Rücken (Dirigenten) und fast alle Instrumente