

die Besucher aus Nah und Fern da und sensibilisieren für einen gesunden und in Lebensstil. Neu im Boot: die landesweite Vormerkzentrale.

„Die zentrale Botschaft ist in meinen Augen Entschleunigung. Innehalten und reflektieren. Die Welt ist zu schnell geworden, unser Gehirn kommt nicht mehr mit.“

Neurochirurg Prof. Peter A. Winkler zur Wirkung von Musik auf die Gesundheit



Medizin und Musik



GIRLAN. Die heilsame Wirkung von Musik auf die menschliche Gesundheit war das Thema des diesjährigen „Gesundheitstreffs“ von Prof. Peter A. Winkler (Bild rechts) in Giralan. Es war bereits die vierte Auflage, die der hauptsächlich in München lebende Winkler in seinem Heimatdorf veranstaltet. Neben Winkler, einem der international führenden Neurochirurgen (siehe Interview), beleuchteten 3 weitere Referenten das Thema aus unterschiedlicher Sicht. So berichtete Dr. Katarzyna Gre-

boz-Haring von der Universität Salzburg von umfassenden Studien, die den positiven Effekt von Kunst und Musik auf den Heilungsprozess von psychisch kranken Jugendlichen klar belegen. Prof. Max Hilz, der in New York und Erlangen lehrt, referierte über die Rolle von Musik beim Abbau von Stress. Chronischer Stress beeinträchtigt die Funktion unseres Nervensystems, und das führe wiederum zu chronischen Erkrankungen. Musik und Entspannung seien heilsame Gegenmittel. Den

Schlusspunkt der sehr gut besuchten Veranstaltung im Tannerhof setzte der ehemalige Primar der Onkologie am Bozner Krankenhaus, Dr. Claudio Graiff. Er ist einer der Väter von „Donatori di Musica“. Dabei handelt es sich um ein Netz aus Musikern, Ärzten, Krankenpflegern und Patienten, das in Italien, Österreich und den USA tätig ist. Der Wartesaal im Krankenhaus wird zum Konzertsaal für Ärzte und Patienten. „Wir machen keine Werbung für diese Konzerte, denn es geht uns nicht um Unter-

haltung, sondern um eine Stärkung der Kultur in einem von Technik beherrschten Gesundheitswesen“, sagte Graiff. Im Anschluss an den „Gesundheitstreff“ musizierte Peter Winkler gemeinsam mit Musikern aus der Münchner Profizene im Giralaner „Vineum“-Keller (Bild links). Ihr Motto: „Jazz & Wine“. Sozusagen die Praxis nach der Theorie.

© Alle Rechte vorbehalten

BILDER auf abo.dolomiten.it

Zurückschrauben der Taktzahl im Alltag

INTERVIEW: Prof. Peter A. Winkler sagt, Musik tut Arzt und Patient wohl – Zentrale Botschaft: Entschleunigung

GIRLAN (D). Die heilsame Wirkung von Musik auf die Gesundheit stand im Mittelpunkt des Gesundheitstreffs in Giralan, zu dem der renommierte Neurochirurg Prof. Peter A. Winkler heuer bereits zum 4. Mal geladen hat. Ein Gespräch mit dem Mediziner und Musiker.

„Dolomiten“: Prof. Winkler, seit wann weiß man denn um den positiven Einfluss von Musik auf die Gesundheit?

Prof. Winkler: Das geht weit über 1000 Jahre zurück. Bereits bei Walther von der Vogelweide erfahren wir von der heilsamen Wirkung von Musik auf das menschliche Wohlbefinden. Auch bei den Azteken und Mayas findet man Zeugnisse, dass vor allem das Flötenspiel enorm beruhigend auf den Menschen

wirkt: Pulsfrequenz und Blutdruck gehen herunter. In jüngster Zeit hat man sogar eigene Lehrstühle eingerichtet, zum Beispiel in Hannover.

„D“: Zeigt sich in der Medizin die positive Wirkung von Musik sowohl für den Patienten als auch für den Arzt?

Prof. Winkler: Natürlich. Wenn man als Arzt zum Beispiel ein Blasinstrument spielt, dann ist man genau zu jener Atmung gezwungen, die Buddhisten und Hinduisten in ihrer Kultur so sehr propagieren: kurzes Einatmen, langes Ausatmen. Und das ist sehr gesund. Mein Beruf als Neurochirurg ist extrem belastend, ständig hält man das Schicksal von Menschen buchstäblich in seinen Händen. Stichwort: Einsamkeit des Arztes. Das zehrt an

der Seele und an der Substanz. Deshalb spielt für mich die Musik parallel zur Medizin eine extrem wichtige Rolle.

„D“: Was ist aber mit jenen Menschen, die keinen Bezug zur Musik haben?

Prof. Winkler: Wenn jemand kein Instrument spielen will, dann gibt es natürlich Alternativen, zum Beispiel das Bogenschießen, Langlaufen, Bergwandern oder irgendeinen Ausdauersport, bei dem man sich konzentrieren muss. Das wirkt auch wunderbar entspannend und ausgleichend; ich beanspruche kein Monopol für die Musik. Aber wer musiziert, der entspannt nicht nur, sondern erfreut gleichzeitig auch andere.

„D“: Musik, sagt man, wirkt auch schon auf Ungeborene...

Prof. Winkler: Absolut, das ist wissenschaftlich erwiesen. Nach 22 bis 23 Tagen nach der Befruchtung beginnt das Herz eines Embryos zu schlagen. Wenn man Mozart, Händel oder Vivaldi durch die Bauchhöhle auf den Embryo einwirken lässt, reagiert dieser sehr positiv. Das ist doch großartig.

„D“: Mit welcher Kernbotschaft sollen die Menschen nach Hause gehen?

Prof. Winkler: Die zentrale Botschaft ist in meinen Augen Entschleunigung, Innehalten und reflektieren. Die Welt ist zu schnell geworden, unser Gehirn kommt nicht mehr mit. Das Zurückschrauben der Taktzahl im hektischen Alltag ist für unser Wohlbefinden enorm wichtig.

© Alle Rechte vorbehalten