

Musiker im Orchester leiden einsam

Beschwerden. Zu Ostern haben große Orchester Hochsaison. Jeder zweite Musiker hat körperliche Beschwerden. Aber das Thema ist weithin tabu. Anders als bei Spitzensportlern.

JOSEF BRUCKMOSER

WIEN (SN). Matthias Bertsch, Musikerzieher an der Universität für Musik und darstellende Kunst in Wien, zieht einen Vergleich mit dem Spitzensport heran: „Wenn eine Fußballmannschaft zu einem Champions-League-Spiel fährt, dann ist ein ganzer Tross an Ärzten, Physiotherapeuten und Mentaltrainern dabei. Wenn ein Spitzenorchester auf Tournee geht, dann ist es um die medizinische und psychische Betreuung vergleichsweise schlecht bestellt.“

Der Leiter der Abteilung für Integrative Atem-, Stimm- und Bewegungsschulung hat selbst als Trompeter in symphonischen Ensembles, Bigbands und Quintetten praktische Erfahrung mit gesundheitlichen Problemen von Spitzensportlern. Eine internationale wissenschaftliche Tagung der Kunstuniversität gemeinsam mit

jeder Dritte über körperliche Symptome, in der mittleren Altersgruppe die Hälfte und bei den über 50-Jährigen 70 Prozent.

„Das sind aber nur die rein körperlichen Beschwerden“, betonte Bertsch im SN-Gespräch. Stress und psychische Beeinträchtigungen seien da noch nicht mit bedacht. „Das alles ist in den großen Orchestern ein großes Tabu.“

Sogar über körperliche Beschwerden wird intern nur wenig geredet. Die Befragung der deutschen Orchestermusiker (siehe auch Zahlen rechts) ergab, dass als Gesprächspartner darüber vorwiegend Personen außerhalb des Orchesters infrage kommen: der Partner (86%), ein Freund (73%), die Familie (69%), der Arzt (60%). Mit Kollegen aus dem Orchester wird über Schmerzen kaum gesprochen, wenn, dann am ehesten mit jenen aus der Stimmgruppe (38%), aber auch bei diesen überwiegt die Antwort „eventuell“ (52%). Mit dem Stimmführer würden 30 Prozent keinesfalls sprechen, 61 Prozent würden sich nie an den Dirigenten wenden.

Erst langsam ist ein Umdenken in Richtung Prophylaxe im Gange. Als Beispiel wurde bei dem Symposium das Programm eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) in der Philharmonia Zürich vorgestellt. Die Befragung von 77 Musikerinnen und Musikern ergab, dass sie im Orchestergraben vor allem unter der hohen Lautstärke leiden. 18 Prozent sind bereits überempfindlich gegen Lärm, 14 Prozent haben Höreinklinken, 13 Prozent Tinnitus (Ohrensausen). Jeder Fünfte klagte über Schulter- und Nackenschmerzen, zwölf Prozent haben Augenprobleme. Als Ursachen wurden die Körperhaltung auf schlecht einstellbaren Stühlen, das mangelhafte Licht und die belastende Hitze genannt.



Im Orchestergraben ist jeder auf sich gestellt.

Bild: SNFOTOLIA

Bei einer großen Fußballmannschaft ist ein ganzer Tross dabei.

Matthias Bertsch, Musikerzieher

der Österreichischen Gesellschaft für Musik und Medizin hat jetzt seine kritische Bilanz bestätigt.

Bei dem Symposium wurde eine aktuelle Studie vorgestellt, die alle großen deutschen Orchester erfasst hat. 2536 Musikerinnen und Musikern haben sich an der Befragung beteiligt. Das Ergebnis: 55 Prozent „leiden derzeit unter körperlichen Beschwerden“ wegen ihres Berufs. Ihre Schmerzen beeinträchtigen sie beim Musizieren und nehmen mit dem Alter zu. Von den unter 30-Jährigen klagte

In Zürich wird nun ein Gesundheitsmanagement aufgebaut. „Es geht um verhältnismäßig einfache vorbeugende Maßnahmen wie ein Massageangebot, einen Ruheraum, Duschen, neue Stühle und ein neues Beleuchtungssystem für die Pulte“, berichteten Nadine Näpfl-Keller und Monica Basler von der Universität Luzern bei der Tagung in Wien.

Darüber hinaus wurden in dem gemeinsamen Projekt der Universität Luzern und der Philharmonia Zürich auch psychische Belastungsfaktoren angesprochen. Konkurrenz und mangelnde Solidarität in Orchestern beeinträchtigen demnach ebenso das Wohlbefinden wie starke Hierarchien, ein mangelhafter kollegialer Austausch, straffe Spielpläne sowie Abend- und Wochenendarbeit.

Gunhild Häusle-Paulmichl versucht am Landeskonservatorium Feldkirch, bereits bei den Studierenden durch Unterrichtsfächer wie Psychohygiene für Musikerinnen und Musiker oder Emotion auf der Bühne gegen psychische Belastungen vorzubeugen. Ein bewährtes Mittel sei ein „Auftrittstagebuch“, sagt die Therapeutin im SN-Gespräch. „Je besser ich weiß, was mich irritiert, umso eher kann ich meine Schwächen in Stärken verwandeln.“ Wesentlich ist für Häusle-Paulmichl, dass Musikerinnen und Musiker sich das Publikum nicht als Masse von Kritikern vorstellen. „Ich sage den Leuten immer, ihr müsst die Situation umprägen. Ihr selbst seid die, die etwas geben, die Zuhörerinnen und Zuhörer sind die, die beim Konzert etwas empfangen.“

Daten & Fakten

57%

der Musikerinnen und Musiker haben ihre Liebe zur Musik im Laufe der Berufstätigkeit nicht verloren. Ein Drittel der Orchestermusiker gibt sogar an, dass die Liebe zur Musik im Laufe ihres Musikerlebens sogar zugenommen habe. Nur für eine Minderheit von acht Prozent hat sie abgenommen. Dieser Befund gilt durchgängig für alle Instrumente, Altersgruppen und Orchesterkategorien. Das ist eines der positiven Ergebnisse aus der Studie von Heiner Gembris und Andreas Heye vom Institut für Begabungsforschung in der Musik der Universität Paderborn. Sie hatten das Thema „Alter werden im Orchester“ untersucht.

49%

Fast die Hälfte (49%) der Befragten sagen, dass ihre eigenen Leistungsansprüche während der Berufstätigkeit zugenommen haben. Für einen nicht ganz so großen Teil (44%) sind sie gleich geblieben, nur eine Minderheit berichtet von einer Abnahme. Auffällig ist die relativ große Streuung der Selbsteinschätzungen: Drei Viertel der Befragten geben für ihre Leistung eine Schwankungsbreite von 65 bis 95 Prozent an. Diese Varianz dürfte unter künstlerischen Gesichtspunkten von einiger Bedeutung sein.

30%

der Orchestermusiker erleben den Leistungsdruck als hoch, etwa 40 Prozent als als mittelstark und 30 Prozent als gering. Mit zunehmendem Alter steigt der Anteil der Musiker, die den wahrgenommenen Leistungsdruck als hoch einschätzen. Nur 22 Prozent der unter 30-Jährigen sehen sich unter hohem Leistungsdruck. In der Gruppe der über 60-Jährigen ist es dagegen mit 44 Prozent fast die Hälfte. Musikalische Höchstleistungen auf dem Instrument erwarten die befragten Musikerinnen und Musiker im Alter von 30 Jahren bis Mitte vierzig, mit einem Höhepunkt vom 35. bis zum 39. Lebensjahr. Im Alter zwischen 40 und 50 treten am häufigsten die ersten altersbezogenen Leistungseinbußen auf. Konkret sind das motorische Probleme, Schmerzen im Bewegungsapparat und der Muskulatur, aber auch Probleme mit Kreislauf und Kondition sowie Müdigkeitserscheinungen.

WISSEN KOMPAKT



Bild: SWAP

Mit dem Solarflugzeug quer über die USA

SAN FRANCISCO (SN, dpa). Zwischen Mai und Juli will der Schweizer Luftfahrtpionier Bertrand Piccard erstmals mit einem Solarflugzeug die USA überqueren. Der 55-Jährige will die rund 5000 Kilometer in fünf Etappen bewältigen und sich mehrere Wochen Zeit lassen. Starten soll das Abenteuer in San Francisco, Ziel ist New York. Als Zwischenstationen sind Phoenix, Dal-

las und Washington fest eingeplant, außerdem soll noch ein Stopp entweder in Atlanta, Nashville oder St. Louis hinzukommen.

Die Flugetappen sollen nicht länger als 24 Stunden dauern. An den Hauptflughäfen der als Stationen ausgewählten Städte soll das allein mit Sonnenenergie betriebene Flugzeug dann jeweils bis zu einer Woche bleiben, um die Erfindung vorzustellen.

Rekordflug der Russen zur Raumstation ISS

MOSKAU (SN, dpa). So schnell wie noch nie haben in der Nacht auf Freitag drei Männer aus Russland und den USA an Bord einer Sojus-Kapsel die Internationale Raumstation ISS erreicht: Statt zwei Tage brauchten sie keine sechs Stunden. Vor allem für Russland ist dieser Rekordflug ein ungemein wichtiger Erfolg, nachdem die stolze Raumfahrtnation zuletzt eher Pleiten, Pech und Pannen angehäuft hatte.

Nun aber legt die Raumfahrtbehörde Roskosmos im Wettbewerb mit der US-Weltraumagentur NASA, den Europäern und den aufstrebenden Chinesen erst einmal vor. „Der Flug von Sojus TMA-08M ist ein weiterer evolutionärer Schritt bei der Verbesserung von Raumschiffen dieses Typs“, teilt Roskosmos mit. „Das erlaubt die Nutzung ähnlicher technischer Lösungen für künftige Entwicklungen.“ Gemeint sind russische Weltraummissionen zum Mond, wo noch nie ein Kosmonaut war, und Mars.

Mehr als sechs Millionen Alzheimer-Patienten in Europa

PARIS (SN, APA/AFP). In Europa leiden mehr als sechs Millionen Menschen im Alter über 65 Jahren an der Alzheimer-Krankheit und ihre Zahl könnte sich auf zehn Millionen bis zum Jahr 2040 erhöhen. Das teilte das europäische Alzheimer-Kooperationsprojekt Alcovie am Donnerstag mit. Gleichzeitig gab Alcovie eine Reihe von Empfehlungen ab, um die Lebensqualität, die Unabhängigkeit und die persönlichen Rechte der Patienten zu garantieren.

Zu den Empfehlungen im Umgang mit der Krankheit gehört der Hinweis, dass Patienten nicht übermäßig mit Psychopharmaka, darunter Antidepressiva, behandelt werden sollten. Neuroleptika, also Arzneimittel zur Beruhigung und gegen wahnhaftige Zustände, würden vor allem in Pflegeheimen häufig angewandt. Die Verschreibungsquote beträgt dort laut Alcovie zwischen 25 und 60 Prozent. Oft würden diese Medikamente nicht fachgerecht eingesetzt.