

## «Musik ist auch Medizin»

Mozart gegen Schmerzen und Angst, oder Rockmusik als Antrieb bei einer Depression? «Natürlich», sagt Josef Escher, Pionier der Musiktherapie, «wenn es dem Patienten guttut.» Als erster hat er in der Schweiz in den Achtzigerjahren die Musik in den Spitalalltag integriert. Das war damals ziemlich avantgardistisch. Und heute vielleicht immer noch. Ausser im Spital, in dem Escher fast 30 Jahre lang als Chefarzt gearbeitet hat. Begegnung mit einem Begeisterten in Brig.

Daniel Lüthi

Text und Fotos



Gleich zu Beginn präzisiert Josef Escher: «Ich bin nicht Musiker, nur Hobbymusiker. Ich bin Arzt.» Einer allerdings, dem Musik in allen Lebensbereichen immer sehr wichtig war. So empfängt den Besucher in der bescheidenen Blockwohnung in Brig zuerst die Tochter, und dann gleich ein Flügel, der mitten im Wohnzimmer steht. Escher setzt sich und spielt, aus dem Gedächtnis und virtuos, eine Mozart-Sonate.

### Zweierlei Musik

Dass Ärzte in der Musik einen Ausgleich suchen, ist weitverbreitet. Dass sie Musik aber als therapeutisches Mittel einsetzen, ist doch eher selten. Josef Escher ist in dieser Disziplin ein Pionier. «Ich merkte bald einmal, dass wir in der Medizin nebst allem Technischen noch etwas mehr brauchen: etwas Emotionales, das Angst und Stress abbauen hilft und das Wohlbefinden der Patientinnen und Patienten erhöht.» Das ist die entspannende Wirkung der sogenannten vagotonen Musik: Sie bewirkt unter an-

derem einen tieferen Blutdruck, einen flacheren Atem, eine Entspannung der Skelettmuskulatur, Lustgefühle und Schläfrigkeit. Ruhige klassische Musik ist dafür sicher geeignet. Auch für das Gegenteil aber kann Musik eingesetzt werden: ergotrope Musik er-

---

**«Alle Musik eignet sich für den medizinischen Einsatz, vom Jodellied bis zum Rock 'n' Roll.»**

---

höht den Blutdruck, beschleunigt die Puls- und die Atemfrequenz, fördert den Antrieb. Sie regt an und auf. Stichwort: Techno. Aber wenn wir schon bei den Musikstilen sind, sei es gleich gesagt: «Alle Musik eignet sich für den medizinischen Einsatz, vom Jodellied bis zum Rock 'n' Roll.»

danielluethi[at]gmx.ch



Dr. med Josef Escher wurde 1932 in Brig geboren, wo er auch die Schulen besuchte. Er studierte Medizin in Freiburg (im Uechtland und im Breisgau), Wien und Paris. Das Staatsexamen machte er 1960 an der Universität Zürich. Dort arbeitete er bis 1967. Für zwei Jahre kehrte er dann nach Paris zurück. Anschliessend war er Oberarzt am Bürgerspital Solothurn. 1971 bis 1997 war er Chefarzt der Medizinischen Klinik des Oberwalliser Kreisspitals Brig-Glis. Hier führte er 1986 als erster Arzt in der Schweiz als festen Bestandteil des medizinischen Alltags in einem Spital die Musiktherapie ein.

Es gibt eine zweite grundsätzliche Unterscheidung in der Musiktherapie: In der rezeptiven Therapie ist der Patient passiv, lässt sich berieseln. Eingeraht wird diese Erfahrung mit therapeutischen Gesprächen. «Das verkleinert die Barrieren zwischen dem Bewusstsein und dem Unterbewusstsein und hilft, sich zu erinnern», erklärt Escher und illustriert mit einem Beispiel: «Bei einer betagten Frau, die ein Lied aus ihrer Jugend singt, kann das positive Gefühle wecken und Blockaden lösen.» Musik habe bei psychischen Leiden deshalb eine besondere Bedeutung. Und deshalb ist es auch kein Zufall, dass es der Chef Psychiatrie ist, der heute im Spital Brig für den Bereich Musiktherapie verantwortlich ist.

---

### «Nicht immer haben mich alle ernst genommen.»

---

In der aktiven Musiktherapie macht der Patient Musik – mit Rhythmus- oder anderen Instrumenten, und mit der eigenen Stimme, frei improvisierend auch. «Eine Begabung oder Ausbildung ist dafür keineswegs notwendig», sagt Escher, «denn hier gibt es auch keine Fehler.»

#### Esoterisch oder wissenschaftlich?

Natürlich muss sich ein Mediziner, der in seinen Therapien auch Musik einsetzt, ab und zu den Vorwurf gefallen lassen, nicht wissenschaftlich fundiert, sondern eher esoterisch orientiert zu handeln. «Nicht immer haben mich alle ernst genommen. Als Chefarzt, der am Flügel ausflippt, wurde ich auch schon bezeichnet», erzählt Escher mit einem Schmunzeln. Und betont: «Ich bin ein begeisterter

Schulmediziner mit einem besonderen Interesse für die Psychosomatik. Und ich bin überzeugt: Medizin ist nicht nur Technik – die Gesamtschau ist wichtig. Musik ist auch Medizin – sie gehört in die Medizin und in die medizinische Ausbildung.» Dass Musik guttut, spüren viele. Dass dies auch physikalisch nachgewiesen, also wissenschaftlich belegt werden kann, wissen jedoch nicht alle. Joseph Escher hat dazu selber geforscht und publiziert.

1998 präsentierte er zusammen mit einem Kardiologen am Kongress für Musik und Medizin in Melbourne zum Beispiel eine Pilotstudie, die belegte, dass Musik nicht nur die Pulsfrequenz und den Blutdruck senkt, sondern auch die Herzfrequenzvariabilität verändert. Diese Erkenntnis spreche für eine sehr positive Beeinflussung von Patienten mit einer Herzerkrankung durch Musik, sagt Escher dazu.

Eine andere Publikation aus dem Gebiet der Kardiologie trägt den Titel «Humorale Immunabwehr unter Musiktherapie bei Patienten mit akutem Herzinfarkt». Untersucht wurde im Labor der Anstieg der Tetanus- und Pneumokokken-Antikörper. Erkenntnis, gemäss Studienbericht: «Wenn auch – in einem streng naturwissenschaftlichen Sinne – die objektiv fassbaren Ergebnisse dieser musiktherapeutisch-immunologischen Studie gering ausgefallen sind, arbeiten wir dennoch in der Gewissheit, mit der Musiktherapie ein psychotherapeutisches Element in die ansonsten von der Apparatedizin geprägte Akutbehandlung des Infarktpatienten auf der Intensivstation eingeführt zu haben.» Heute sagt es Escher so: «Wir haben herausgefunden, dass Patienten mit Herzinfarkt unter Musiktherapie ihre Krankheit wesentlich besser verarbeiten.»

Aber auch in seinem Spezialgebiet als Internist, der Gastroenterologie, hat Escher den Erfolg der Musiktherapie gemessen, diesmal anhand von Hormonen. Ergebnis: Unter dem Einfluss von Musik war ein signifikant geringerer Anstieg von Stresshormonen zu beobachten. Oder anders gesagt: Dank Musik hatten die Patienten klar weniger Angst vor dem Eingriff. «In der Regel heilt Musik nicht», kommentiert Escher, «aber sie ist ein guter Begleiter.»

Diese Erfahrung hat der alternde Arzt letzthin selber als Patient gemacht: Im Spital Oberwallis, in dem er fast 30 Jahre lang Chefarzt war, liess er sich eine Hüftprothese einsetzen. «Anschliessend habe ich Klavier gespielt, und wir haben in der Gruppe gesungen. Das hat mein Wohlbefinden erhöht – und wohl auch den Heilungsprozess beschleunigt. Oder sagen wir es so: Die Musik hat mir im Spital geholfen, das Unangenehme besser zu ertragen.»