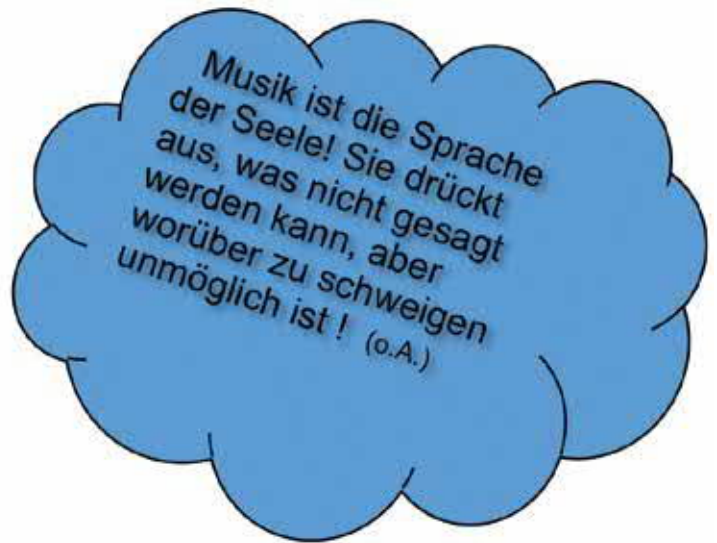




# Musik und Tanz trotz(t) Demenz

## Teil 1



**D**ie Lebenserwartung steigt und damit das Risiko für eine Demenz-Erkrankung. Immer mehr Menschen sind von einer Form des geistigen Verfalls betroffen. Derzeit gibt es rund 100.000 Demenzbetroffene in Österreich und da die Lebenserwartung der österreichischen Bevölkerung steigt, wird sich die Zahl der an Demenz Erkrankten bis 2050 auf ca. 270.000 erhöhen, also nahezu verdreifachen (Reischl, 2017).

**Der Begriff „Demenz“ (lat. „de-mens“ = „weg vom Geist“)** fasst verschiedene Symptome zusammen, denen gemeinsam ist, dass es neben einer Abnahme des Gedächtnisses auch zur Beeinträchtigung anderer, sogenannter kognitiver Fähigkeiten kommt, wie der Sprache, des Verhaltens und der Alltagskompetenzen. Diese Beeinträchtigungen sind in der Regel fortschreitend. Die schwierigste Phase für Betroffene und Angehörige ist die, wenn die betroffene Person von der Krankheit erfährt und die Defizite zu bemerken beginnt. Das macht Angst, verärgert, führt häufig zu Auflehnung oder auch zu Aggressionen. In einer späteren Phase bleibt die Krankheit für die Angehörigen schwierig, weil sie sich mit dem veränderten Zustand des Betroffenen auseinandersetzen müssen, die betroffene Person jedoch in „seiner eigenen Welt lebt“ (Schneider, 2012).

Demenz ist nicht heilbar, aber Musik als reflexive, kreative Praxis kann helfen, die Person hinter der Demenz wieder sichtbar zu machen. Musik beglei-

tet uns ein Leben lang und stetig sind wir bewusst oder unbewusst musikalischen Elementen ausgesetzt. Musik gilt als der Königsweg in der Demenz, da sie eine andere Art von Sprache ist und hilft, in Kontakt mit anderen Menschen und in Kontakt mit der eigenen Gefühlswelt und dem eigenen Körper zu treten.

**„Wo man singt, da lass dich nieder – böse Menschen haben keine Lieder.“** Dieses alte Sprichwort zeigt uns den hohen geselligen Anspruch, vor allem aber, dass Musik jeden Menschen anspricht. Besonders an Demenz erkrankte Menschen kennen trotz vorangeschrittenem Stadium Texte und Strophen von Liedern, die sie in vergangenen Zeiten immer wieder gehört und gesungen haben. Dieses sogenannte „first in – last out – Phänomen“ sagt uns, dass bei Demenz zuerst neuere Gedächtnisinhalte verloren gehen und erst spät verlieren sich ältere Erinnerungen und Gewohntes. Wichtig dabei ist natürlich, dass man die Musik-Biografie dieses Menschen kennt und berücksichtigt (Willig & Kammer, 2012).

**Die Fortsetzung dieses Beitrags erscheint in der nächsten Ausgabe 04-2021.**

Es werden die anatomischen Veränderungen und die damit verbundenen Auswirkungen behandelt und anhand eines Fallbeispiels gezeigt, wie förderlich sich Musik und Tanz auf Demenzerkrankte auswirken kann. **Mag. Anita Mair, DGKP**