

HÖRT, HÖRT! Vorträge und Diskussion zum Thema „Musik und Alter“

Dokumentation einer Veranstaltung des Landesmusikrat NRW im Theater Duisburg am
14. September 2013.

Von: Torsten Möller

Inhalt:

1. Vladimir Horowitz – Rente nicht in Sicht. Wie es Musikern gelingt, im Alter Höchstleistungen zu vollbringen. Ein Vortrag von Peer Abilgaard
 2. Hörgeräteakustik für Musizierende und Musik Hörende. Ein Vortrag von Nicole Reckmann
 3. Zusammenfassung einer Diskussionsrunde mit Nicole Reckmann, Peer Abilgaard, Wolfgang Angerstein und Willibert Steffens
-

1. Vladimir Horowitz – Rente nicht in Sicht. Wie es Musikern gelingt, im Alter Höchstleistungen zu vollbringen. Ein Vortrag von Peer Abilgaard

Peer Abilgaard vermeidet das Wort „Gerontologie“. Er spricht lieber von einer „Medizin der 2. Lebenshälfte“. Für ihn klingt das positiver, nicht so sehr nach zunehmenden, alterstypischen Defiziten. Dass es sie gibt, da macht Abilgaard kein Hehl draus. Hinsichtlich typischer Musikererkrankungen jenseits der 50 erwähnt er an erster Stelle die Schwerhörigkeit. Orchestermusiker sind davon betroffen, bei Geigern zeigen sich Hörschwächen primär am linken Ohr. Nach den zunehmenden Hörproblematiken professioneller Orchestermusiker folgen degenerative Erkrankungen, Haltungsschäden und, vor allem: psychische Probleme, die körperliche Folgen zeitigen. Darüber hinaus spielen im fortgeschrittenen Alter eine verminderte Stresstoleranz sowie unsichere ökonomische Bedingungen eine zunehmende Rolle. Nicht nur in diesem Punkt zu beachten ist die Unterscheidung von Freelancern und fest angestellten Musikern. So ist der freie Musiker weniger in der Lage, teils teure Prophylaxen zu bezahlen und ist von finanziellen Sorgen weitaus stärker betroffen als der fest Angestellte.

Psyche als Chance

Abilgaard betont eine „dialektische Sichtweise“. Den Allgemeinplatz, dass sich die Anzahl der Gehirnzellen bei fortschreitendem Alter sukzessive vermindert, kontert er mit dem wichtigeren Vernetzungsgrad der Gehirnzellen, der von Jahr zu Jahr zunimmt. Sich auf den Medizinsoziologen Aaron Antonovsky¹ und dessen „Resilienztheorie“ berufend, nennt Abilgaard psychische Faktoren, die den genannten Defiziten entgegenwirken. Dazu gehören stabile soziale Beziehungen, Intelligenz, Wissen, ein ausgeprägtes Selbstbewusstsein ebenso wie Humor, Optimismus, Fähigkeit zur Dankbarkeit und das Gefühl für die Einbindung in ein Ganzes, das durchaus spirituelle Züge tragen kann. Gerade bei leidenschaftlichen und idealistischen Musikern sind solche Attribute oft anzutreffen. Somit ist es durchaus möglich, dass selbst ein 80-Jähriger große Leistungen an seinem Instrument vollbringen kann.

¹ Aaron Antonovsky (1923-1994) beschäftigte weniger die Frage, was einen Menschen krank mache, sondern was ihn gesund halte. Sein „salutogenetischer Ansatz“ ist mittlerweile in der Sportmedizin ebenso anerkannt wie in der Psychologie und Soziologie.

Horowitz als Beispiel

Unter bekannten Musikern gibt es Beispiele: den Dirigenten Karl Böhm, den Pianisten Anton Rubinstein oder auch dessen einstiger Schüler, Vladimir Horowitz. An letzterem demonstriert Abilgaard unmittelbar einleuchtend seine dialektische Sichtweise. Trotz widriger Umstände – Horowitz litt unter seinem Übervater Arturo Toscanini ebenso wie unter seiner nicht auslebbaren Homosexualität – konnte Horowitz noch als knapp 80-jähriger Imposantes vollbringen. Ein Konzertmitschnitt mit einer Probe eines Mozartschen Klavierkonzerts aus dem Jahr 1981 dient als eindrucksvoller Beleg für eine Leidenschaft, einen Humor, eine Sensibilität und eine Großzügigkeit, die den Widrigkeiten des Alterns trotzten.

2. Hörgeräteakustik für Musizierende und Musik Hörende. Ein Vortrag von Nicole Reckmann

Bekanntlich ist das Gehör des Musikers höchstes Gut. Aber auch abseits des Musizierens ist es von entscheidender Bedeutung. Um dies zu unterstreichen, bezieht sich Nicole Reckmann auf den Philosophen Immanuel Kant: „Nicht sehen können, trennt uns von den Dingen; nicht hören können, von den Menschen“. Nach der Vorstellung der Anatomie des menschlichen Ohres zeigt Reckmann typische degenerative Erscheinungen des Innenohrs anhand veränderter Strukturen der Hör-Härchen. Musikeinspielungen verdeutlichen die Einschränkungen von Betroffenen: Höhen sind nicht mehr wahrnehmbar. Das Klangbild verliert an Prägnanz. Es klingt verwaschen, grau.

Aufklärung vonnöten

Ältere Menschen sind davon besonders betroffen. Mit modernen Hörgeräten wären solche Defizite zu beheben. Reckmann betont den außerordentlichen Fortschritt sowohl der Technik als auch des Designs: Die Geräte, mittlerweile kleine Computer, die sich automatisch auf veränderte Hörbedingungen einstellen, werden immer kleiner, damit auch unauffälliger. Nichtsdestotrotz mangelt es an der Bereitschaft, die Geräte zu tragen – selbst bei fortgeschrittener Hörverschlechterung, die bis zu Depressionen, sogar zum

Suizid führen kann. Aufklärung tut Not. Mit relativ geringem Aufwand lassen sich Hörprobleme technisch kompensieren. Voraussetzung ist aber, dass die Betroffenen acht bis zwölf Wochen einkalkulieren, um ein neues Gerät ihren eigenen Hörgewohnheiten und Hörbedingungen anzupassen. Deziert weist Nicole Reckmann darauf hin, dass Schäden am Ohr nur noch kompensiert, nicht repariert werden können. Gerade deshalb ist Vorsorge immens wichtig. Mit der Darstellung von typischen Lautstärkeverursachern anhand einer dB-Skala sensibilisiert die Referentin für Gefahren im Alltag wie in der Musik. Instrumente, aber auch die Gesangsstimme, erreichen ohne Weiteres schon mal 105 dB. Ist man solchen Pegeln, wie bei Orchesterproben üblich, länger als 15 Minuten pro Woche ausgesetzt, kann das zu Schäden des Gehörs führen.

Dämpfungen und Hörhilfen

Aufgrund solcher Gefahren plädiert Reckmann sowohl für ein leises Proben als auch für das Tragen eines Gehörschutzes. Das klassische „Oropax“ ist problematisch aufgrund starker Höhenverluste. Neuere Technologien ermöglichen jedoch sehr gute Übertragungen und zugleich Dämpfungen. Für professionelle Musiker eigne sich Elacin, das mit verschiedenen Filtern unterschiedlichen akustischen Gegebenheiten angepasst werden kann. Ist ein Musiker bereits hörgeschädigt und muss er auf eine Hörhilfe zurückgreifen, so stehen ihm „High-End“-Geräte zur Verfügung. Zwei solche Geräte kosten schon mal 3000 Euro oder mehr. Allerdings lohnt sich laut Reckmann die Anfrage bei entsprechenden Förderstellen, die unter Umständen einen Teil zur Anschaffung beitragen.

3. Zusammenfassung einer Diskussionsrunde mit Nicole Reckmann, Peer Abilgaard, Wolfgang Angerstein und Willibert Steffens

Eine abschließende Diskussionsrunde knüpft an Nicole Reckmanns Ausführungen an. Willibert Steffens, Hornist im Sinfonieorchester Münster, spricht über seine Schwerhörigkeit, die zum großen Teil auf einen jahrzehntelangen Orchesterdienst zurückzuführen ist. Hohen Belastungen, denen insbesondere die Bläserfraktion

ausgesetzt ist, waren seine Ohren auf Dauer nicht gewachsen. Neben den latenten Einwirkungen spricht Steffens aber auch ein traumatisches Erlebnis bei Richard Strauss' *Zarathustra* an. Ein Pauker hatte einen Schalldruck-Pegel erzeugt, der einen Schwindelanfall bei ihm verursachte. Steffens, der wie Reckmann auf den schleichenden Charakter von Höreinschränkungen aufmerksam macht („Irgendwann habe ich die Ansagen des Dirigenten nicht mehr verstanden“), weist auf die Schwierigkeit hin, sich mit seiner Hörschwäche zu „outen“. Schnell kann es zu Diffamierungen seitens der Kolleginnen und Kollegen oder seitens des Dirigenten kommen. Ihm ist sein Alter – Steffens steht kurz vor der Rente – zu Gute gekommen. Für viele jüngere Kollegen, die zunehmend unter Stress, unter Burnout und nicht selten Tinnitus leiden, ist die Situation weit schwieriger.

Prophylaxen gefordert

Angesichts seiner Erfahrungen erwähnt Steffens Defizite in der professionellen Orchesterlandschaft ebenso wie bei Laienorchestern. Nicole Reckmanns Forderungen nach leisen Proben teilt er unbedingt; gute Erfahrungen hat er mit dem Dirigenten Thomas Hengelbrock gemacht, der es im Gegensatz zu vielen seiner Kollegen versteht, leise zu üben. Laut Steffens sind Institutionen gefordert. Im Rahmen der Dirigenten-, aber auch der Chorleiter-Ausbildung sollen Gefahren angesprochen werden. Unbedingt wichtig sind aber auch größere Probenräume oder auch die Aufstellung von Schallschutzwänden bei Orchesterproben. Hörprobleme des Alters fangen schon früh an. Somit sollten schon im Bereich des jugendlichen Musizierens Maßnahmen in Betracht gezogen werden. Vorbildlich ist das „Bodensee Symphonie Orchester Konstanz“, wo schallschluckende Wände zum Proben bereits bestellt sind. Für das Landesjugendorchester NRW suggeriert Steffens ebenfalls die Einrichtung ähnlicher Wände, die zum Beispiel die deutsche Orchestervereinigung in Zusammenarbeit mit der physikalisch technischen Bundesanstalt in Braunschweig entwickelte.

Ein guter Anfang

Musikmachen unter professionellen Bedingungen ist „Hochleistungssport“ – darauf machen die Diskussionsteilnehmer Peer Abilgaard und Wolfgang Angerstein aufmerksam. Angerstein, Professor für Phoniatrie und Pädaudiologie, hat die

Musikerambulanz an der Universitätsklinik Düsseldorf vor etwa 3 Jahren mitbegründet. Schwerpunkte der Musikerambulanz liegen in den Bereichen neurologischer, durch jahrelangen Verschleiß verursachter Probleme sowie in der Behandlung von Mund- und Stimmbandproblemen. Dass jede Profi-Fußballmannschaft eigene Ärzte habe, bei Orchestertourneen aber keine medizinische Begleitung gepflegt werde, hält Angerstein wie Peer Abilgaard für ein großes Defizit. Bisher fehlt Geld. Nicht nur bei Orchestern, sondern auch an Krankenhäusern, die in der europaweit einmalig dichten Orchesterlandschaft Deutschlands besonders gefordert sind. Mit der Musikerambulanz Düsseldorf und mit ähnlichen Einrichtungen in Detmold, in Köln, Hannover oder Freiburg ist, so Angerstein, ein guter Anfang gemacht. Dringlich ist aber ein Ausbau interdisziplinärer Verknüpfungen musikpädagogischer, psychologischer gerontologischer und medizinischer Fachgebiete. Zur Bewältigung von Problemen ist Vernetzung ebenso vonnöten wie präventives Denken. Alle Referenten und Diskussionsteilnehmer waren sich im Klaren, dass die Probleme des Alterns nicht von der „Medizin der 2. Lebenshälfte“ allein bewältigt werden können. Ein Bewusstsein zu schaffen für gesundes Musizieren bleibt eine wichtige Aufgabe.

Torsten Möller