

Schauplatz Schweiz

Wiegenlieder für **Winzlinge**



Musiktherapeutin
Friederike Haslbeck
stimmt ihr Monochord.
Damit erzeugt sie
während der Therapie
einen sanften
Klangteppich

Die Intensivstation ist für die empfindlichen Frühgeborenen eigentlich der denkbar ungeeignetste Ort für die ersten Wochen des Lebens. Die Musiktherapie gibt den Kindern Zuwendung und menschliche Wärme. Das wirkt sich positiv auf die Hirnentwicklung aus, zeigt eine neue Studie

Text: Matthias Meili, Fotos: Gaëtan Bally

«Diese Kinder brauchen Zuwendung,
müssen beruhigt und angeregt werden,
genauso wie im Mutterbauch»

FRIEDERIKE HASLBECK, MUSIKTHERAPEUTIN



W

WENN CÉDRIC ZUBER ENTSPANNT im Känguru-Stuhl liegt und das Federgewicht seines Sohnes an seinem Herzen spürt, vergisst er immer, wo er eigentlich ist. «Die Hektik der Intensivstation, das Piepen der Monitore, die Türen, die sich im Hintergrund öffnen und schliessen, alles entschwindet während der Musiktherapie völlig aus dem Bewusstsein», sagt der frischgebackene Vater.

Sein Sohn Gilles wurde viel zu früh geboren. Nur 550 Gramm wog er, als er zu Beginn der 26. Schwangerschaftswoche zur Welt kam. Tagelang schwebte er zwischen Leben und Tod, schon nach zwei Wochen benötigte er eine grosse Operation. Inzwischen ist er acht Wochen alt und liegt auf der Intermediate-Care-Station, wo die Winzlinge gepflegt werden, denen es etwas besser geht. Noch wird das Kind über einen Schlauch mit Sauerstoff unterstützt, über eine Magensonde mit Nahrung versorgt. Doch zusätzlich zur intensivmedizinischen Versorgung erhält Gilles auch eine Musiktherapie, wenn immer möglich mit dem Vater oder der Mutter.

Heute ist der Vater an der Reihe. Behutsam legt er sein Söhnchen bäuchlings auf die Brust. Die Musiktherapeutin Friederike Haslbeck setzt sich mit einem Monochord daneben, einem zitherähnlichen Instrument. Dann entlockt sie dem Holzinstrument ein paar schwebende Töne, eine Klangwolke eher, und beginnt zu summen. Es dauert nicht lange, bis der kleine Gilles die Augen öffnet, neugierig, verwundert fast. «Wenn er dann wieder ruhig wird und ich seine Fingerchen um meinen Daumen spüre», erzählt Cédric Zuber, «fühle ich mich ihm so nah wie nie.»

Auf der Frühgeborenen-Abteilung des Universitätsspitals Zürich ist die Musiktherapie heute ein fester Teil der Betreuung. Auch in vielen anderen Spitälern der Schweiz werden seit geraumer

Zeit Frühgeborene in eine sanfte Klangwolke gebettet. Friederike Haslbeck gilt als eine der Pionierinnen der Musiktherapie im europäischen Raum, seit 2013 hat sie diese Methode in Zürich und am Inselspital Bern etabliert. Daneben forscht Haslbeck, engagiert sich in der Ausbildung junger Musiktherapeutinnen und hat den Verein amia-musica gegründet, um Eltern frühgeborener Kinder zu vernetzen und zu informieren.

FRÜHGEBORENE HABEN einen harten Start ins Leben. Die Geburt ist für sie ein riesiger Schock: Sie verlieren bis zu drei Monate, in denen sie im Mutterbauch hätten gedeihen können, ideal versorgt mit Sauerstoff, Nahrung und Wärme. Stattdessen landen Frühchen auf der Intensivstation, Bettchen an Bettchen. Inkubatoren, Beatmungsgeräte und künstliche Ernährung übernehmen die lebensnotwendigen Funktionen. Organe wie Herz, Leber, Niere und das Immunsystem sind noch unangereift. Auch das Gehirn ist noch mitten in einer entscheidenden Entwicklungsphase. Dank medizinischer Fortschritte und medikamentöser Behandlung haben heute aber selbst sehr früh geborene Kinder gute Überlebenschancen.

Die Neonatologie – ein Triumph der Schulmedizin. Doch die Medaille hat eine Kehrseite. Die Rate der Spätfolgen bleibt konstant hoch. Viele Frühgeborene leiden im späteren Leben gehäuft an Aufmerksamkeitsstörungen, Lernschwierigkeiten und Selbstregulierungsschwächen. Heute weiss man, dass diese Beeinträchtigungen zu einem grossen Teil in den stressigen sensorischen Erfahrungen des Nervensystems auf der Intensivstation begründet sind.

«Diese Kinder brauchen mehr als nur eine medizinische Behandlung», sagt Haslbeck. «Sie wollen

Entspannung
und Zweisamkeit:
Während
20 Minuten ist
die hektische
Atmosphäre der
Intensivstation
wie weggezaubert



Zuwendung und müssen beruhigt und angeregt werden, genauso wie es in ihrem Mutterbauch geschieht.»

DASS ES BEI DER PFLEGE von Frühgeborenen nicht mehr allein um das medizinische Überleben geht, wird heute allgemein anerkannt. Seit den 1990er Jahren hat sich die Doktrin der «sanften Pflege», auch «minimal handling» genannt, durchgesetzt. Eine individuelle und fürsorgliche Behandlung mit viel Körperkontakt und möglichst wenig Störungen hielt Einzug, zuerst in Pionierkliniken, dann weltweit. Schnell zeigten Auswertungen, dass in diesen Kliniken die Sterblichkeit der Frühgeborenen deutlich gesenkt werden konnte. Auch die Eltern werden so oft wie möglich mit einbezogen. Heute sollen sie ihre Sprösslinge, wenn immer möglich, selbst wickeln, sie auch füttern oder einfach mit ihnen kuscheln – etwa in der «Känguru-Haltung», bei der sie auf einem bequemen Liegestuhl das nackte Kind auf ihre bare Haut legen und so innige Zweisamkeit geniessen können.

Die sanften Klänge wirken meist sofort. Das Kind bewegt die Fingerchen, öffnet die Augen, manche lächeln sogar. Auch die Vitalwerte wie Herzschlag und Sauerstoffsättigung stabilisieren sich

In diese Philosophie passt eine ganzheitliche Methode wie die Musiktherapie wie angegossen hinein. Als begrenzte Intervention funktioniert sie wie ein Medikament ohne Nebenwirkungen. Doch sie geht darüber hinaus: Musik zielt direkt ins emotionale Zentrum des Gehirns, aktiviert gleichzeitig kognitive Areale, löst Blockaden und schafft Erinnerungen. In der Medizin hat sie deshalb schon lange ihren Platz. Erwiesenermassen benötigen Krebspatienten, die eine Musiktherapie erhalten, weniger Schmerzmittel, Musik lindert auch Depressionen und hilft Kindern bei Aufmerksamkeitsdefiziten.

Dass sie bereits die winzigen Frühchen erreicht, ist erstaunlich, aber nicht verwunderlich. Denn in diesem Zeitfenster, eigentlich dem letzten Drittel der Schwangerschaft, passiert beim werdenden Menschen besonders viel. Der Hörsinn beispielsweise erwacht schon früh: Bereits in der 16. Schwangerschaftswoche erscheinen beim Fötus die Anlagen für die Ohren, ab der 24. Woche ist das Hören ausgereift. Jetzt treiben sich Sinneseindrücke und Hirnentwicklung wie in einem raffiniert choreografierten Tango gegenseitig voran. Das Kind nimmt den beruhigenden Herzschlag,

das Rauschen des Blutes, die Stimme der Mutter immer besser wahr, gleichzeitig werden die Geräusche noch sorgsam abgeschirmt im Fruchtwasser der Gebärmutter. Die sanften Sinneseindrücke ihrerseits steuern und prägen die Entwicklung des Gehirns: Nervenverbindungen werden geknüpft, Synapsen werden gebildet.

Oder sie verkümmern: Für Frühgeborene bedeutet die neue Umgebung der Intensivstation zunächst eine Reizüberflutung. Gleichzeitig fehlen die förderlichen Einflüsse, die das werdende Kind im Bauch der Mutter erhält. «Die Kinder sind der Lärmkulisse schutzlos ausgeliefert, denn sie können ja nicht weghören», sagt Friederike Haslbeck.

AUCH CLARA* IST viel zu früh geboren. Als sie in der 25. Woche zur Welt kam, wog sie nur 630 Gramm. Neben ihrem Bettchen türmen sich Computer und Monitore, die ihre Vitalwerte Tag und Nacht registrieren. Haslbeck setzt sich zu Clara hin. Wenn die Musiktherapeutin die Frühgeborenen ohne die Eltern behandelt wie bei Clara, verzichtet sie auf ein Instrument. «Dann brauche ich nur meine Stimme. Wir wissen aus ersten Studien, dass Babys besser auf die menschliche Stimme reagieren als nur auf Instrumente», sagt Haslbeck.

Behutsam legt die Musiktherapeutin ihre Hände auf Rücken und Köpfchen des winzigen Mädchens. Dann summt sie ein leises «Guten Morgen», gefolgt von einem Wiegenlied. Es dauert nicht lange, bis sich auch bei Clara der Zauber der Musik offenbart. Zuerst bewegt sie nur leicht den linken Zeigefinger, einmal, zweimal. Dann summt Friederike Haslbeck den Refrain von «Jingle Bells». Clara räkelt sich, nuckelt mit dem Mund, formt einen wohligen Seufzer. Dann öffnet das Mädchen kurz ihre dunklen Augen – den Schimmer eines Lächelns im Gesicht.

Nach 20 Minuten lässt Friederike Haslbeck das Lied ausklingen, zieht leise die Hände unter der Decke hervor und verabschiedet sich von Clara. Das Mädchen scheint in einen ruhigen Schlaf zu

Für Frühgeborene bedeutet die Intensivstation zuerst einmal eine grosse Reizüberflutung

versinken. «Es berührt mich immer wieder, wie intensiv die Kinder reagieren», sagt Haslbeck.

IHR WEG IN DIE NEONATOLOGIE ist eher unkonventionell. In Norddeutschland in eine musikalische Pfarrersfamilie hineingeboren, studierte die heute 47-Jährige an der Musikhochschule Geige und Klavier. Danach bildete sie sich zur Musiktherapeutin weiter und lernte an der Privatuniversität Witten-Herdecke die Nordoff/Robbins-Methode kennen – in den 1970er Jahren für autistische Kinder entwickelt vom Pianisten Paul Nordoff und dem Sonderpädagogen Clive Robbins. Die Methode will die jedem Menschen innewohnende Musikalität aktivieren und so als heilsame Kraft nutzen. Anfänglich arbeitete Friederike Haslbeck selber mit Kindern im Primarschulalter, die Lernschwierigkeiten hatten. Dabei war der jungen Musiktherapeutin aufgefallen, dass viele ihrer Patienten zu früh geboren waren. Der Gedanke, das Problem bereits an der Quelle anzugehen, nämlich in den ersten Lebenswochen auf der Intensivstation, schien ihr naheliegend. So legte sie mit ihrer Diplomarbeit den Grundstein für die «kreative Musiktherapie für Frühgeborene».

«Es geht nicht um Mozart, sondern um menschliche Zuwendung», sagt Haslbeck. «Bereits das kleinste Kind merkt, wenn man sich ihm 100 Prozent zuwendet, und zeigt Reaktionen.»

Wenn sie für ein Kind singt, sucht sie im Grunde genommen das Zwiegespräch über die Musik. Das beginnt damit, dass sie zuerst die Körpersignale des Babys beobachtet: Atemrhythmus, Gestik und Mimik. Nichts ist bedeutungslos. Diese Zeichen des Körpers werden als musikalische Elemente in die Melodien eingebaut. Die Wirkung zeigt sich meistens sofort. Kinder, die vorher still und stumm im Bett lagen, bewegen die Finger, strecken sich, öffnen die Augen, manche lächeln oder geben sogar Babytöne von sich, sie lautieren.

«Viele Menschen glauben mir gar nicht, was da alles passiert», lächelt Friederike Haslbeck. Meistens lässt sich die Reaktion sogar direkt auf den Monitoren verfolgen, wenn sich auch physiologische Messdaten wie Sauerstoffsättigung, Puls und Herzfrequenz des Babys stabilisieren.

Nun zeigt eine neurowissenschaftliche Studie mit 82 Kindern, die Haslbeck mit ihrem Forscherteam am Universitätsspital Zürich durchführte, dass die «kreative Musiktherapie» die Entwicklung des Gehirns von Frühgeborenen nachhaltig



positiv beeinflusst. In der Auswertung der MRI-Bilder sah man, dass sich jene Bereiche des Gehirns, die für die Steuerung von Emotionen und damit der Gefühls- und Verhaltenskontrolle wichtig sind, mehr Aktivität zeigten. Und Verbindungen zwischen den Hirnregionen, die für Motorik und Sprache relevant sind, werden gestärkt. «Ich war immer überzeugt, dass die Musiktherapie wirkt», sagt die Projektleiterin. «Aber wenn man die Methode auch in der Klinik etablieren will, muss man zeigen können, dass sie nachhaltige Effekte hat.»

Wenn immer möglich, bittet Friederike Haslbeck die Eltern dazu. Nicht nur um der Gesundheit des Babys willen. Denn auch für Vater und Mutter ist eine zu frühe Geburt ein traumatisches Ereignis. «Viele Mütter erzählen, dass sich eine Frühgeburt gar nicht wie eine Geburt anfühlt, sondern wie der Verlust eines Körperteils», sagt Haslbeck. Hinzu kommen die Ängste um das Wohlergehen des Kindes. Die Musiktherapie

Vater Cédric Zuber hat sich in den ersten Wochen grosse Sorgen um sein Söhnchen Gilles gemacht. Jetzt kann er ihn pflegen, wickeln und mit ihm kuscheln

schafft einen gemeinsamen Erlebnisraum für Eltern und Kind, der in Erinnerung bleibt und so einen Beitrag zur so wichtigen Bindung leistet. Eine zusätzliche Auswertung der Studie bewies, dass die gemeinsame Therapie die fragile Bindung zwischen Frühgeborenen und ihren Eltern entscheidend stärkte sowie Stress und Ängste der Eltern wesentlich verringerte.

Inzwischen neigt sich auch die Therapiestunde von Cédric Zuber und seinem Sohn Gilles dem Ende zu. Der Bub ist jetzt schon 1,4 Kilogramm schwer, mit jedem Gramm mehr spürt sein Vater das Persönlein intensiver, das beim «Känguruhen» auf seiner Brust liegt. Die Musiktherapie möchte er nicht mehr missen. «Es ist megaschön, ich verliere dabei immer jegliches Zeitgefühl, oft schlafe ich ein – zusammen mit Gilles», erzählt Cédric Zuber. «Zu spüren, dass sich mein Sohn bei mir entspannen kann und ruhig wird, macht mich glücklich.» 🌍

*Name geändert

IMPRESSUM SCHAUPLATZ SCHWEIZ • **REDAKTION** multimedia@awp.ch, Thomas Peterhans • **VERLAG + ANZEIGEN** Werner Zweifel (zweifel.werner@guj.de), Telefon +41 44 269 70 70 • **ABOBESTELLUNG** GEO Schweiz, Kundenservice DPV, D-20355 Hamburg, Telefon +49 40 55 55 89 90, Abonnement Schweiz Fr. 172.90/Jahr • **ART DIRECTOR** Aysun Ergez (visuelledesignstudio.com) • **DRUCK** Druckerei Vettters GmbH & Co. KG, Gutenbergstrasse 2, 01471 Radeburg