

Glaukom: Musik statt Pillen

Prof. *Dr.* Ilse Stempel und ihr Team suchten nach Möglichkeiten, den Augeninnendruck von Glaukumpatienten schonend ohne medikamentöse Behandlung zu senken. Sie kreierten eine Musiktherapie-CD, deren heilsame Wirkung von der Marburger Universität bestätigt wurde.

Auch wenn die Wirkung von Musik individuell verschieden ist, lassen sich bei bestimmter beruhigender Musik generell ähnliche Effekte wie bei anderen Entspannungsmethoden beobachten, wie Abbau von Spannungen, Milderung von Reizzuständen und Unruhe, Lösung von Verkrampfungen und Entwicklung von Gefühlen, die das allgemeine Wohlbefinden bessern.

Prof. Stempel integrierte in die Musik kaum wahrnehmbare Sinustöne, die ihre Wirkung im Gehirn entfalten. Da die Sinustöne in den beiden Stereokanälen geringfügig voneinander abweichen, stimulieren sie beide Gehirnhälften, sich zu synchronisieren. Es entstehen binaurale Schwebungen, deren Wellenmuster im Gehirn Entspannung anzeigen.

Die CD "Begegnungen" (45 Minuten Laufzeit, 21,- €) ist nur in einigen Apotheken oder unter www.medicrossover.de zu beziehen. Informatives zur Wirkung von Musik enthält das leicht lesbare Buch von Prof. *Dr.* Ilse Stempel (Klinikum der Philipps-Universität Marburg) "Keine Angst vor grünem Star", KVC Verlag.

Volker List