

# ONLINE MEDICAL TRIBUNE

Tools Eltern-Ecke Teenager Krankheiten Gesundheitstipps Im Blickpunkt Stellenmarkt Kliniksuche

## Tanztherapie

### Im Dreivierteltakt für Demenzpatienten

Medical Tribune Bericht

**Mit einem dementen Angehörigen einfach mal eine Runde tanzen? Das mag komisch klingen. Chefarzt Professor Reto Kressig hat damit in der Memory Clinic in Basel überraschend gute Erfahrungen gemacht: Die Betroffenen leben auf und sind weniger gereizt.**



Mit den Tanzübungen mit Demenzpatienten verhält es sich ähnlich wie mit den Kinderreimen, zu denen im Takt mit dem Spielkameraden in die Hände geklatscht wird: Wenn Hören, Sehen und Berührung zusammenkommen, geht die Erfahrung tiefer. Deshalb werden in der Memory Clinic Freiwillige hinzugezogen und Demenzbetroffene gemeinsam mit Patienten der geriatrischen Klinik, an die die Tageseinrichtung angeschlossen ist, gemeinsam unterrichtet.

Neben dem Tanz zu bekannten Melodien und Rhythmen eignet sich insbesondere die „Dalcroze-Rhythmik“ als musikalische Bewegungsform. Sie

wurde von dem Schweizer Musikpädagogen Emile Jaques-Dalcroze Anfang des 20. Jahrhunderts entwickelt. Er variierte verschiedene „Multitasking“-Übungen, die zu rhythmischer, improvisierter Klaviermusik eingeübt wurden. So wollte er Kindern Musik und Rhythmus erfahrbar statt nur hörbar machen.

„Auf der Suche nach Harmonie zwischen Geist, Musik, Bewegung und Umgebung“ entwickelte sich aus diesem Ansatz eine ganze Schule der Musik- und Rhythmuserziehung. Dalcroze ging davon aus, dass das intensive Erleben von Musik und Bewegung und die hohe Konzentration auf rhythmische Prozesse Spuren in der Wahrnehmung und Erinnerung hinterlassen. Auch glaubte er, dass die Ich-Wahrnehmung dadurch gestärkt und die Qualität des Austausches mit anderen verbessert würde.

**Lesen Sie weiter: [Seite 2](#)**

MTPub, Ausgabe 01 / 2007 S.26, wk, Foto: Irlsblende.de

# ONLINE MEDICAL TRIBUNE

Tools Eltern-Ecke Teenager Krankheiten Gesundheitstipps Im Blickpunkt Stellenmarkt Klinksuche

## Tanztherapie

### Im Dreivierteltakt für Demenzpatienten (Seite 2)



#### Dalcroze-Übungen für das Sprachvermögen

In der Tendenz ähnliche Veränderungen beobachtete Prof. Kressig auch bei Demenzpatienten, wenn sie über einige Monate regelmäßig an der Dalcroze-Rhythmik teilnahmen. Die soziale Kompetenz und die Kommunikationsfähigkeit besserten sich. Außerdem konnten die Patienten einfache alltägliche Anforderungen wieder selbst erledigen. Ihre räumliche Orientierung verbesserte sich ebenfalls und ihr Schlafverhalten normalisierte sich wieder; sie wanderten nachts weniger umher. Und für die Angehörigen wurde der Umgang mit den

Demenzpatienten einfacher: Aggressive Verhaltensweisen gingen zurück. Die Dalcroze-Rhythmik scheint zudem speziell die Sprachfähigkeit zu unterstützen.

Ein weiteres Plus: Auch die Gang-unsicherheit wurde weniger. Das mag angesichts der anderen Probleme als nicht so wichtig erscheinen. Sie hat aber große Aussagekraft hinsichtlich der Fähigkeit, im Alltag allein klarzukommen. Schon seit Längerem ist bekannt, dass Störungen der Denk- (kognitiven) und Bewegungs- (motorischen) Funktionen eng miteinander verknüpft sind. Ist dies der Fall, sind meist auch die Alltagsfähigkeiten eingeschränkt. Komplexe Verhaltensweisen wie sie beim Autofahren notwendig sind, sind dann nur eingeschränkt möglich.

Vor ungefähr zehn Jahren fiel einer schwedischen Physiotherapeutin auf, dass Ältere, die nicht gleichzeitig gehen und sprechen können, ein erhöhtes Sturzrisiko haben. Inzwischen ist ein exakter Test zur Untersuchung der „Dual-Task“-Fähigkeit, also der Fähigkeit, zwei Dinge gleichzeitig zu tun, entwickelt worden. Dabei werden Veränderungen der Geh- und Schrittmuster gemessen, während der Patient geht und gleichzeitig rückwärts zählt. Patienten mit einem demenziellen Syndrom, die Schwierigkeiten mit den sogenannten Exekutivfunktionen, also dem Rückwärtszählen oder dem in der Demenzdiagnostik eingesetzten Uhrentest haben, gehen langsamer oder stoppen. Sie brauchen ihre ganze Aufmerksamkeit für das Zählen oder Gehen. Außerdem haben sie einen unregelmäßigen Gang. Diese Variabilität der Schrittlänge erlaubt bei Demenzkranken auch eine Abschätzung des Sturzrisikos. Schon bei einem Unterschied von 2 cm je Schritt verdoppelt sich die Sturzwahrscheinlichkeit.

#### Rhythmisches Training vermindert Sturzgefahr

Durch ein regelmäßiges rhythmisches Gehtraining, Tai Chi oder Dalcroze-Rhythmik lässt sich dieser Problematik entgegensteuern. Die Gangvariabilität bei gleichzeitigem Rückwärtszählen nimmt wieder ab und damit die Sturzgefährdung. Bei Alzheimerpatienten verbesserte sich außerdem die Fähigkeit, sich mitzuteilen, während Gereiztheit und Stress abnahmen.

[Zurück zur ersten Seite](#)