

Cerviko-thorakale Schmerzen bei Musikern

Dr. med. Peter Schönenberger
Allgemeine Innere und Arbeitsmedizin FMH
3123 Belp

Schweiz. Gesellschaft für Musik-Medizin
SMM

SAMM-Kongress 2016 Interlaken

In Zusammenarbeit mit ...

den Physiotherapeutinnen der Berner Fachgruppe



- Sibylle Meier Kronawitter, Liebefeld
- Marjan Steenbeek Caduff, Bremgarten b. Bern

Agenda

- Patientin 1
- Cervikothorakal heikle Instrumente
- Patientin 2
- Spezifische Anamnese, Diagnostik und Therapie
- Musikergesundheit
- Links und Literatur



Logo: Stefanie Sch.

Flötistin - background

- 19jährige Frau
- Flötenunterricht seit 10jährig ausserhalb der Schule, mit 17jährig Matur mit Schwerpunkt Fach Musik, in der Schule Klavier als Zweitinstrument
- Nach der Matur verschiedene Jobs u.a. im Service
- Bewerbung Konsi Bern mit Vorspiel in 8 Monaten

Flötistin - Symptome

- Schmerzen in der rechten Hand seit drei Jahren, erstmals beim Klavierspiel aufgetreten, Besserung nach cranio-sakraler Therapie vor zwei Jahren, später Physiotherapie, aktuell Ergotherapie.
- PA: Mononucleose mit 7jährig, Ulcus ventriculi wegen NSAR und fam. Belastung mit Zoeliakie.
- Ueben am Instrument: Flöte: 3-4h pro Tag, Klavier 30min pro Tag.

Interdisziplinäre musikermmedizinische Sprechstunde

- V.a. intermittierende Medianuskompression beim Klavierspiel
- Dynamische Sonographie des Unterarms und Karpus unauffällig
- Verunsicherung durch vom Radiologen geäußerten Verdacht einer cervikalen Diskopathie

Flötistin - Befund / Therapie

- Physiotherapeutin: ungenügende vordere Rumpfmuskulatur, kompensatorische Hyperaktivität des Latissimus dorsi mit Schulterverkeilung und Innenrotationshaltung des rechten Armes
- Physiotherapie mit Uebungen am Instrument (Flöte und Klavier) zur Schulterposition, Tonusreduktion UA-Muskulatur und Rumpfstabilität

Musiker und cervikothorakaler Uebergang



Aus Claudia Spahn: Musikergesundheit in der Praxis

Die hohen Streicher: Rotation-Seitneigung

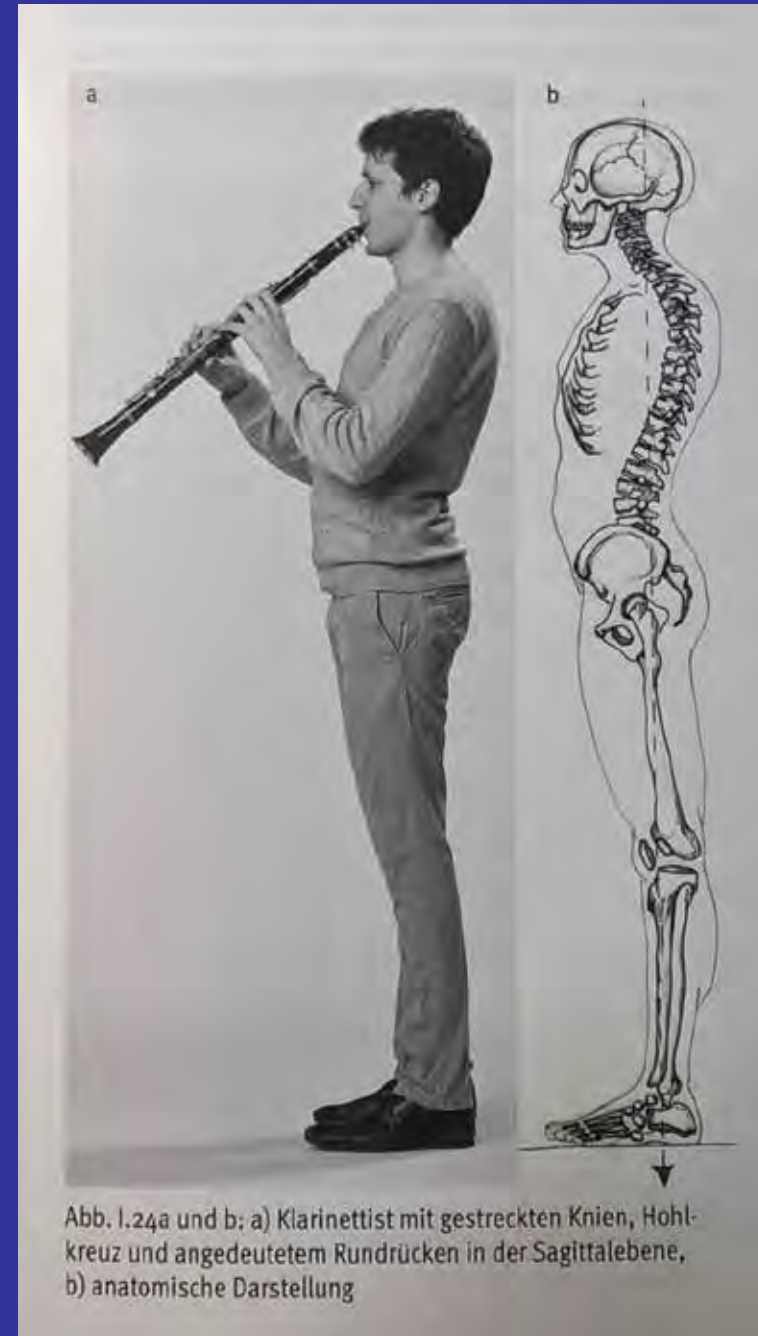
Die Flötisten: Rotation und Seitneigung



Die Klarinettenisten,
Saxophonisten
usw.

Kopfprotraktion

Aus Claudia Spahn:
Musikergesundheit in der Praxis



Die Pianisten

Seitneigung

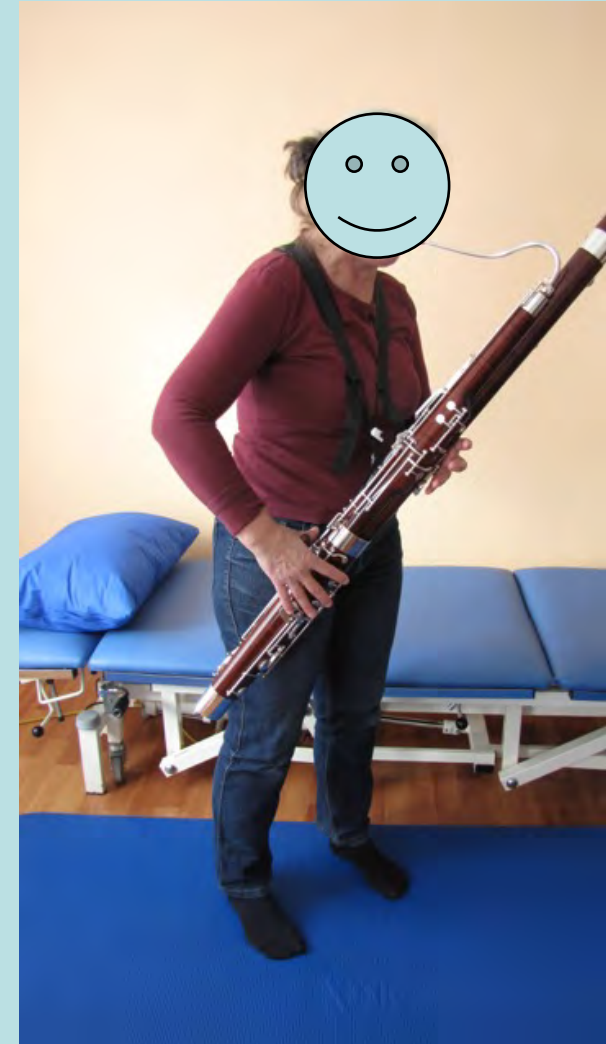
Keine
Zwangshaltung!

Aus Claudia Spahn:
Musikergesundheit in der Praxis



Fagottistin Symptome

- 55jährige
Amateurfagottistin
- Cerviko-Brachialge links
mit Epikondylopathie
links, nachdem wegen
Schmerzen im rechten
Arm die Spielposition
geändert wurde.



Fagottistin Befund/Therapie

- Befund: verminderte Beweglichkeit cerviko-thorakal, Ueberlastung Hand- und Extensoren links
- Ungenügende Rumpfstabilität mit Kopfprotraktion, ungünstige Traggurten
- Therapie: manuelle Mobilisation C7/Th1
- Ergonomische Anpassung Traggurte, Fingerstütze rechts
- Uebemanagment
- Rumpfstabilität und Kräftigung der Arme

Fagottistin - Kommentar

«Die einseitige Haltung am Fagott war für mich doch sehr eindrücklich. Am Fagott zeigt sich auch extrem, was bei den anderen Bläsern zwar auch mehr oder weniger stark vorkommt: will ich an einer Fingerstellung was ändern, hat dies Auswirkungen auf die Armstellung, den Nacken und bis in den anderen Arm. Dasselbe, wenn ich die Gurte um eine Lochposition verschiebe. Es ist alles eine Einheit und es geht darum, eine ausgelotete Stellung für alle Gelenke zu finden.»

Sibylle Meier Kronawitter

Prävention, Ergonomie

- Dynamische Haltung
- Anatomische Gegebenheiten und Instrument



- Grundfitness
- Spezifische Uebungen
- Pausenorganisation
- Mentales Ueben
- Stressbewältigung

Musikermedizinische Anamnese

- Aktuelle Beschwerden
- Bisherige Diagnostik und Therapien
- Instrumente, Engagements, Formationen
- Arbeitsbedingungen: Spieldauer, Pausen
- Arbeitsbedingungen: Instrument, Position
- Besondere musikalische Anforderungen
- Persönliche medizinische Anamnese
- Lebenssituation, Lebensgeschichte
- Musikalische Vorgeschichte
- Krankheitsmodell, Ressourcen

Diagnostik

- Manualmedizinische Befunderhebung
- Allgemein-internistische Befunderhebung
- Physiotherapeutische Diagnostik
- Zusammenarbeit mit Spezialisten (Rheumatologen, Orthopäden, Neurologen, ORL/Phoniater, Pneumologen, Zahnärzten), ideal in einer interdisziplinären Sprechstunde

Therapie

- Physiotherapeutisch / manualmedizinisch
- Ergotherapeutisch
- Zusammenarbeit mit nichtmedizinischen Therapeuten
- Zusammenarbeit mit Instrumentallehrern
- Psychiatrisch-psychologische Behandlung
- Infiltrationen/Chirurgie

Musikergesundheit

- „Instrumentalspiel-assoziierte muskuloskelettale Schmerzsyndrome bei professionellen Musikern“
- 89% der Musiker über die ganze Karriere
- 40% mit chronischem Schmerzsyndrom

Aus: Anke Steinmetz in Musikphysiologie – Musikermedizin, 1/2016

- Zahlreiche weitere Erkrankungen anderer Organsysteme mit Bedeutung je nach Instrument

Musikermedizin in der Schweiz

- www.musik-medizin.ch
- www.shzm.ch (Musikphysiologie Zürich)
- www.musimed.ch (Fachgruppe Tessin)
- www.musikermedizin-bern.ch

Weiterführende Literatur

- **Medizinische Probleme bei Musikern**
(Hsg Jochen Blum - Thieme)
- **MusikerMedizin** (Spahn, Richter,
Altenmüller – Schattauer)
- **Musikergesundheit in der Praxis** (Spahn
– Henschel)
- **Das Gesundheitsbuch für Musiker**
(Renate Klöppel – Gustav Bosse Verlag)

SMM Symposium 2017

Samstag, 28. Oktober 2017
Zürich

Mentales Training für Musiker Interdisziplinäre Impulse



Besten Dank!

