



In seinem Element: Dr. Peter Hien schlägt im Kreis seiner Kollegen den richtigen Ton an. Musik, sagt er, ist ganz wichtig, um Demenz vorzubeugen.

Foto: Hien

# Mit Musik gegen Demenz

**EXKLUSIV-GESPRÄCH** Dr. Peter Hien: Wird die Krankheit früh erkannt, ist sie heilbar

Von Sabine Galle-Schäfer

**ALSFELD.** Das muss gar nichts Schlimmes sein. Eine Alltagssituation eben. Mal hat man vergessen, wo der Autoschlüssel liegt. Dann fällt einem diese blöde Geheimzahl am Geldautomaten nicht ein. Und schließlich ist da dieses eine Wort, das partout nicht über die Lippen kommen will. Menschenskinder, ist doch halb so wild. Oder vielleicht doch? Sind das etwa erste Anzeichen von Demenz?

Wem genau das schon passiert ist, am Ende sogar häufiger, der muss nicht in Panik verfallen. „Demenz ist in der Regel im frühen Stadium abzuwenden“, sagt nämlich Dr. Peter Hien. Eine spektakuläre These, die der Chefarzt des Alsfelder Kreiskrankenhauses da aufstellt? Er kann sie belegen, behauptet der Internist, Pneumologe und Facharzt für Geriatrie im exklusiven Gespräch mit unserer Zeitung, schließlich hat er sich intensiv mit dem Thema Demenz befasst. Ganz wichtig: Die Krankheit muss früh erkannt werden, dann „führt das bis zur Genesung“. In einer späten Phase, weiß Hien, „ist das Problem nicht mehr umkehrbar“.

„Der geistige Abbau hängt vor allem mit dem Mittelhirn zusammen“, hat man, so sagt Dr. Hien, herausgefunden. In der Fachliteratur wird dieser Teil des Gehirns als Mesencephalon bezeichnet, als Laie kann man sich diesen Bereich

als „Schaltzentrum“ vorstellen. Reize, die von Augen und Ohren aufgenommen werden, gelangen zunächst in das Mittelhirn. Informationen und Reize aus dem Rückenmark werden über das Mittelhirn weitergeleitet und auch umgekehrt werden die „Informationen“ aus dem Großhirn an die für die Motorik verantwortlichen Nervenzellen im Rückenmark geleitet.

Gut vorstellbar also, dass geistiger Abbau sich genau in diesem Zentrum massiv auswirkt. Eben das kann Peter Hien auch medizinisch belegen: Kernspinaufnahmen bei Demenz-Patienten zeigen, „dass das Mittelhirn immer bei beginnender Demenz kleiner wird“. Im Gegenzug: Wird die Krankheit erkannt und richtig behandelt, „kann man richtig zuschauen, wie es wieder wächst“, formuliert der Chefarzt mit Freude.

Und diese Erkenntnis führt den Internisten und Geriater noch einen Schritt weiter: Man kann, sagt er, mit dem richtigen Lebenswandel das Mittelhirn so trainieren, dass Demenz in der Regel gar nicht erst auftritt. Fleißige aktive Menschen, so das Ergebnis seiner Studien, „haben ein Riesen-Mittelhirn“.

Ganz wichtig aber ist eine strukturierte Lebensweise. „Menschen, die inaktiv und haltlos sind, verlieren immer mehr die Kontrolle über ihr Mittelhirn“, hat Hien beobachtet. „Demenz ist keine Fra-

ge des Alters oder der Intelligenz, es ist fehlende Struktur, die dazu führt, dass der Mensch mehr und mehr abbaut“, sagt der Alsfelder Arzt. „Das ist auch bekannt. Es gibt Studien, und ich halte dazu Vorträge“, so Hien, der sich tief in die Thematik eingearbeitet hat. Dabei hat er noch etwas – auf den ersten Blick – Ungewöhnliches herausgefunden: Musizieren und Singen hilft gegen Demenz. „Klavier ist der Spitzenreiter, und dann sogar noch singen ...“, der Mediziner ist überzeugt: „Dann ist die Gefahr einer Demenz nahezu gleich null“, weil der Mensch die Kontrolle über den „Schaltkasten“, über das Mittelhirn, behält.

Und wie sieht das nun in der Praxis aus? Bei Anzeichen einer Demenz stellt der Arzt seinen Patienten Fragen, führt einen Screening-Test und Diagnostik durch. „Dann wissen wir sehr gut, ob es sich um eine Demenz handelt oder nicht.“ Wird die Erkrankung erkannt, „schaut man, ob man das Ruder rumreißen kann“. Das passiert dann mit einem speziellen Trainingsprogramm mit Tanzen, Singen, Gehirntraining und sinnvollen Aufgaben und Engagement, um das Mittelhirn wieder zu fordern und damit wachsen zu lassen. Dr. Hien weiß, Tabletten, die es gegen Demenz gibt, „nutzen eigentlich nicht wirklich. Das Einzige, was hilft, ist sinnvolle Aktivität, Engagement und Training“.