

Musik während der Behandlung nach dem NADA-Protokoll

Über den Einsatz von Musik während der Akupunkturbehandlung gibt es seit jeher kontroverse Haltungen, die sicher auch aus den unterschiedlichen Erfahrungen und Behandlungssettings resultieren, in denen das NADA-Protokoll angewendet wird. Im New Yorker Lincoln-Hospital der 70er Jahre wäre wohl niemand auf die Idee gekommen, Entspannungsmusik einzusetzen, weil das dortige Setting sehr pragmatisch und keineswegs als Weg zur inneren Ruhe ausgelegt war. Die Einrichtungen und Behandlungsteams, die hierzulande das NADA-Protokoll anwenden, bemühen sich in der Regel um ein geeignetes Ambiente, in dem Störungen ferngehalten und in dem Achtsamkeit möglich ist. Dabei ist der Einsatz von Musik eher die Regel als die Ausnahme.

„Tatsächlich verändert Musik den Herzschlag, den Blutdruck, die Atemfrequenz und die Muskelspannung des Menschen. Und sie beeinflusst den Hormonhaushalt. Die Klänge wirken vor allem auf Nebenniere und Hypophyse.

Je nach Musikart werden verschiedene Hormone abgegeben – Adrenalin bei schneller und aggressiver Musik, Noradrenalin bei sanften und ruhigen Klängen. Letztere können so zum Beispiel die Ausschüttung von Stresshormonen verringern und die Konzentration von schmerzkontrollierenden Betaendorphin im Körper erhöhen.

Musik kann so tatsächlich Schmerzen dämpfen. Folgerichtig wird sie deshalb heute schon in der Medizin in den verschiedensten Bereichen therapeutisch eingesetzt. Vor allem in der Psychiatrie und in der Schmerztherapie leistet sie nützliche Dienste.“

(Planet-Wissen)

Während der Behandlung der Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll erfüllt sie noch weitere Aufgaben:

Da die Behandlung häufig in der Gruppe stattfindet, hilft sie manchem als Schutz vor unangenehmen Nebengeräuschen, die unweigerlich auftreten, wenn mehrere unterschiedliche Menschen still in einer Gruppe zusammen sind. Aber auch Geräusche, die von außen in den Raum dringen, können als „Respektlosigkeit“, „aggressiver Akt“ aber auch als „Fehlen von Fürsorge“ seitens der Behandler gedeutet werden.

Während es manchen Menschen gelingt, unter der Akupunktur bei sich zu bleiben und die Stille in wacher Aufmerksamkeit meditativ für sich zu nutzen und zu genießen, ist es anderen offenbar nicht möglich, diese als etwas angenehmes wahrzunehmen und sich von äußeren Geschehen abzugrenzen.

- Musik hilft, Störgeräusche besser zu tolerieren
- Musik dient der Neutralisierung von Nebengeräuschen
- Weniger gestörte Patient:innen halten die Akupunkturbehandlung auch ohne Musik gut aus
- Musik unterstützt den Entspannungseffekt

Welche Musik eignet sich?

Erfahrungsgemäß hilft eine ruhige und fließende Tonfolge, ohne Gesang und ohne besondere Höhen und dramatische Tiefen. Nicht zu laut und nicht zu leise. Der eigene Musikgeschmack sollte zurückgestellt werden, da es hier lediglich um eine Geräuschkulisse geht, die als angenehm, nicht unbedingt als anspruchsvoll erlebt werden kann. Es ist hilfreich, wenn die Dauer der Musik der vorgesehenen Behandlungszeit entspricht, da das Musikende nicht selten auch als Ende der Behandlung verstanden wird.

Es kann nützlich sein, die Musik bereits zu Beginn des Nadelns einzuschalten, damit die Patient:innen, die bereits akupunktiert sind, sich schon innerlich in die Behandlung einstimmen und sich von der äußeren Unruhe abgrenzen können.

Text: Wolfgang Weidig, wweidig@nada-akupunktur.de