



Beter herstel herseninfarct met favoriete muziek

Mensen die in de eerste periode na een ischemische beroerte dagelijks naar hun favoriete muziek luisteren, gaan cognitief en emotioneel beter vooruit dan mensen die dagelijks naar een audioboek luisteren of uitsluitend de gebruikelijke medische zorg krijgen. Onderzoekers aan de universiteit van Helsinki hebben dit voor het eerst aangetoond.

Het luisteren naar muziek activeert frontale, temporale, pariëtale en subcorticale hersengebieden die te maken hebben met stemming, concentratie, werkgeheugen, motoriek en semantische processen (het verwerken, opslaan en ophalen van informatie over de betekenis van woorden, concepten en feiten). De hersengebieden die door muziek worden geactiveerd, worden voor een belangrijk deel door de middelste hersenslagader van bloed voorzien. Dit bloedvat is vaak getroffen bij een ischemische beroerte. De Finse onderzoekers waren benieuwd of het luisteren naar muziek het herstelproces na een beroerte verbetert en versnelt, met name in de eerste periode als de neurale plasticiteit (veranderingen in de organisatie van de hersenen) groot is. Zestig mensen die een acuut herseninfarct in het stroomgebied van de middelste hersenslagader hadden doorgemaakt, luisterden de eerste twee maanden van de herstelperiode dagelijks naar zelfgekozen muziek (muziekgroep) of een audioboek (taalgroep) of kregen alleen de gebruikelijke medische zorg (controlegroep). In de muziekgroep koos 62% van de proefpersonen voor popmuziek, 10% voor jazzmuziek, 8% voor folkmuziek en 20% voor klassieke of spirituele muziek.

De belangrijkste bevinding van het onderzoek was, dat het dagelijks luisteren naar muziek gunstig was voor het herstel van cognitieve functies en bovendien goed was voor de stemming. Opvallend was dat degenen die dagelijks een tot twee uur naar muziek hadden geluisterd, zich na twee maanden beter konden concentreren en een beter verbaal geheugen hadden dan de proefpersonen in de taal- en controlegroep. De mensen in de muziekgroep waren ook minder depressief en hadden minder last van een verwarde stemming. Muziek helpt waarschijnlijk om beter om te gaan met emotionele stress. De onderzoekers denken dat muziek tevens een algemeen, niet-specifiek effect heeft op het denkvermogen. In de huidige situatie in Europa brengen patiënten de eerste maanden na een beroerte veel tijd in hun kamer door zonder iets te doen, zonder therapeutische activiteiten en zonder interactie met de omgeving. Deze tijd zou veel beter benut kunnen worden. Patiënten stimuleren en de mogelijkheid bieden om naar hun favoriete muziek te luisteren, is een waardevolle aanvulling op de zorg na een beroerte. <<

Särkämö T, Tervaniemi M, Laitinen S, et al. Music listening enhances cognitive recovery and mood after middle cerebral artery stroke. Brain. 2008;131(3):866-76.