

Thema der Woche: Musik

Musik

Musik ist mit Erinnerungen verbunden. Sie bringt Emotionen hervor und erleichtert Menschen, sich mit ihren Gedanken auseinanderzusetzen. Stress abzubauen und zu entspannen kann so leichter fallen. Damit bietet Musik einen wertvollen Beitrag zur Symptomlinderung und zur Förderung der Lebensqualität. Dass das immer mit Blick auf das Alter der jeweiligen Patienten genutzt werden sollte, ist naheliegend und wird in einer Studie dieser Woche noch einmal deutlich. Manche Ansätze sind gut für kleinere Patienten, sprechen aber größere Heranwachsende gar nicht an. Musik in all ihren Facetten geht aber offenbar immer und für alle. Eine Musik-basierte Therapie kann also vielseitig stützen, wohltun und ein Ventil bieten und das bei schweren Erkrankungen auch langfristig und immer wieder.

Hier die Studien im Detail:

- [Musik als Medizin für Krebspatienten](#)
- [Musiktherapie, Tanz oder Achtsamkeit bei Kindern mit Krebs: Musik geht für alle](#)

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“