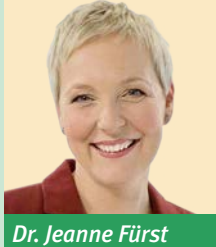


Arzt-Termin



Dr. Jeanne Fürst

TV-Moderatorin

«gesundheitheute»

im Gespräch mit

Prof. Dr. med. Jürg

Kesselring, emeri-

tierter Neurologe,

Kliniken Valens

Sie sind Mediziner

und Musiker. Was

bedeutet Musik?

Ich bin überzeugt,

Musik ist eine ur-

sprünglichere Kom-

munikationsform

als unsere Sprache.

Das Reden, die Wör-

ter sind bei den meis-

ten Rechtshändern

mehr in der linken

Hirnhälfte organi-

siert. Die Wortme-

lodie hingegen

kommt aus der rech-

ten Hirnseite. Das

heisst, wir pendeln

ständig zwischen der

linken und rechten

Hirnhälfte hin und

her. Beim Musizieren

wird dieses Pendeln

noch verstärkt, und

das steigert das

Wohlbefinden.

Unser Gehirn kann

sich bis ins hohe

Alter umbauen. Wie?

«Use it or lose it» um-

schreibt das Prinzip

gut. Es ist nachweis-

bar, dass das Gehirn

auch durch Musizie-

ren neue Verknüpfun-

gen schafft. Sogar

Musik hören bringt

schon etwas, dann

nämlich, wenn Musik

zur Konzentration

einlädt.

TV-Tipp: gesundheit-

heute, «Musizieren

statt operieren»:

SRF1, Samstag,

23.12., 18.10 Uhr.