

FR

C. Musique et médecine

avec le Prof. Dr Simone Graf (médecine), le Prof. Dr André Lee (médecine et musique), le Dr med., M.Mus. Johanna Doll (médecine et musique) et le Prof. Isabel Gabbe (musique)

Les musiciens se caractérisent par une formation professionnelle exceptionnellement intensive, qui commence généralement dès l'enfance. Au moment où ils entament leurs études, ils ont généralement déjà passé environ dix mille heures à pratiquer leur instrument. Cela leur permet d'acquérir un haut niveau de compétence technique, mais entraîne également des problèmes de santé spécifiques.

Alors qu'il existe désormais des structures établies avec des médecins du sport spécialisés pour les athlètes professionnels, les soins médicaux pour les musiciens ne sont pas encore standardisés à tous les niveaux. Heureusement, il existe désormais des médecins et des centres spécialisés qui se concentrent sur les besoins spécifiques des musiciens.

Cette session examinera les caractéristiques médicales des musiciens sous différents angles. L'accent sera mis sur la santé auditive, qui revêt une importance capitale pour les musiciens et joue un rôle crucial pour les musiciens d'orchestre en particulier, car ils sont exposés à des niveaux de bruit élevés. Nous nous intéresserons également à des troubles moteurs rares mais importants, tels que la dystonie du musicien, un trouble neurologique complexe qui peut considérablement altérer la capacité à jouer de la musique. Nous expliquerons ce que l'on sait sur le développement, le diagnostic et le traitement de cette affection, ainsi que les mesures préventives qui peuvent être prises pour minimiser le risque de la développer.

Le programme est complété par des exercices pratiques faciles à intégrer dans le quotidien des musiciens et des non-musiciens, qui contribuent à prévenir les tensions musculaires et à promouvoir la santé en général.

- 09h30 – 10h15: Pourquoi une médecine pour musiciens ? (André Lee/Johanna Doll)
- 10h15 – 10h30: Séance d'exercices physiques (Isabel Gabbe)
- 10h30 – 11h15: La santé auditive des musiciens (Simone Graf)
- 11h15 – 11h30: Séance d'exercices (Isabel Gabbe)
- 11h30 – 11h45: Pause
- 11h45 – 12h00: Séance d'exercices (Isabel Gabbe)
- 12h00 – 12h45: Troubles moteurs chez les musiciens (Johanna Doll-Lee)

DE

C. Musik und Medizin

mit Prof. Dr. Simone Graf (Medizin), Prof. Dr. André Lee (Medizin und Musik), Dr. med., M.Mus. Johanna Doll (Medizin und Musik), Prof. Isabel Gabbe (Musik)

Musiker zeichnen sich durch eine außergewöhnlich intensive Berufsausbildung aus, die in der Regel bereits in der Kindheit beginnt. Bis zum Beginn ihres Studiums haben sie in der Regel bereits rund zehntausend Stunden mit dem Üben ihres Instruments verbracht. Dies führt zu einem hohen Maß an technischem Fachwissen, bringt aber auch spezifische gesundheitliche Herausforderungen mit sich.

Während es für Profisportler mittlerweile etablierte Strukturen mit spezialisierten Sportmedizinern gibt, ist die medizinische Versorgung von Musikern noch nicht flächendeckend standardisiert. Glücklicherweise gibt es mittlerweile spezialisierte Ärzte und Zentren, die sich auf die spezifischen Bedürfnisse von Musikern konzentrieren.

In dieser Sitzung werden die medizinischen Besonderheiten von Musikern aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet. Ein Schwerpunkt liegt auf der Gesundheit des Gehörs, die für Musiker von zentraler Bedeutung ist und insbesondere für Orchestermusiker eine entscheidende Rolle spielt, da sie hohen Lärmpegeln ausgesetzt sind. Wir werden uns auch mit seltenen, aber bedeutenden Bewegungsstörungen befassen, wie z. B. der Dystonie bei Musikern, einer komplexen neurologischen Störung, die die Fähigkeit zum Musizieren erheblich beeinträchtigen kann. Wir erklären, was über die Entstehung, Diagnose und Behandlung dieser Erkrankung bekannt ist und welche vorbeugenden Maßnahmen ergriffen werden können, um das Risiko ihrer Entstehung zu minimieren.

Das Programm wird durch praktische Bewegungsübungen ergänzt, die sich leicht in den Arbeitsalltag von Musikern und Nichtmusikern integrieren lassen und dazu beitragen können, Muskelverspannungen vorzubeugen und die allgemeine Gesundheit zu fördern.

- 09:30 – 10:15 Uhr: Warum Musikermedizin? (André Lee/Johanna Doll)
- 10:15 – 10:30 Uhr: Bewegungseinheit (Isabel Gabbe)
- 10:30 – 11:15 Uhr: Hörgesundheit für Musiker (Simone Graf)
- 11:15–11:30 Uhr: Bewegungseinheit (Isabel Gabbe)
- 11:30–11:45 Uhr: Pause
- 11:45–12:00 Uhr: Bewegungseinheit (Isabel Gabbe)
- 12:00–12:45 Uhr: Bewegungsstörungen bei Musikern (Johanna Doll-Lee)

ITA

C. Musica e medicina

con la Prof.ssa Dr. Simone Graf (medicina), il Prof. Dr. André Lee (medicina e musica), la Dr.ssa med., M.Mus. Johanna Doll (medicina e musica) e la Prof.ssa Isabel Gabbe (musica)

I musicisti seguono una formazione professionale straordinariamente intensa, che di solito inizia durante l'infanzia. Quando avviano i loro studi, di solito hanno già dedicato circa diecimila ore alla pratica del loro strumento. Ciò porta ad un alto livello di competenza tecnica, ma comporta anche specifiche sfide per la salute.

Se oggi esistono strutture consolidate con medici sportivi specializzati per gli atleti professionisti, l'assistenza medica per i musicisti non è ancora stata standardizzata su tutta la linea. Fortunatamente, oggi esistono medici e centri specializzati che si concentrano sulle esigenze specifiche dei musicisti.

Questa sessione esaminerà le caratteristiche mediche dei musicisti da varie prospettive. Un punto centrale sarà la salute dell'udito, che è di fondamentale importanza per i musicisti e svolge un ruolo cruciale soprattutto per i musicisti d'orchestra, poiché sono esposti a livelli di rumore elevati. Esamineremo anche disturbi del movimento rari ma significativi, come la distonia del musicista, un disturbo neurologico complesso che può compromettere in modo significativo la capacità di suonare. Spiegheremo cosa si sa sullo sviluppo, la diagnosi e il trattamento di questa condizione e quali misure preventive possono essere adottate per ridurre al minimo il rischio di svilupparla.

Il programma è integrato da esercizi pratici di movimento che possono essere facilmente integrati nella vita lavorativa quotidiana di musicisti e non musicisti e che possono aiutare a prevenire la tensione muscolare e promuovere la salute generale.

- 09:30 – 10:15: Perché la medicina per musicisti? (André Lee/Johanna Doll)
- 10:15 – 10:30: Sessione di movimento (Isabel Gabbe)
- 10:30 – 11:15: La salute dell'udito per i musicisti (Simone Graf)
- 11:15–11:30: Sessione di esercizi (Isabel Gabbe)
- 11:30–11:45: Pausa
- 11:45–12:00: Sessione di esercizi (Isabel Gabbe)
- 12:00–12:45: Disturbi del movimento nei musicisti (Johanna Doll-Lee)