



# Medische problemen bij muzikanten

Dr T. Doms KARVA 2018

---

Waarom “Muziekgeneeskunde” ???



---

Oorzaak van medische problemen bij musici :

Dooms,T. (2018). Musicien d'orchestre : un métier à risque?. Médecine des Arts, 85, p 4-13.

## 89% door werk als musicus

het musiceren zelf

andere werkgebonden factoren :

transport van het instrument

onregelmatig leven

slecht slapen, vermoeidheid

stress door het werk

---



---

## Frequentie medische problemen

Dooms,T. (2018). Musicien d'orchestre : un métier à risque?. Médecine des Arts, 85, p 4-13.

tijdens voorbije 12 maand

- ▶ **78%** van de respondenten
- ▶ **53%** van de respondenten : meerdere medische problemen



## Aard van de medische problemen (meerdere antwoorden per persoon)

	Vrouwelijke respondenten N=55	Mannelijke respondenten N=66
Spiereen en gewrichten	50 (91%)	56 (85%)
Gehoor	21 (38%)	19 (29%)
Hoofdpijn	18 (33%)	16 (24%)
Vermoeidheid	10 (18%)	11 (17%)
Slaap	11 (20%)	9 (14%)
Zicht	9 (16%)	9 (14%)
Ademhaling	4 (7%)	6 (9%)
Hart	5 (9%)	9 (14%)
Draainissen, flauwvallen	7 (13%)	5 (8%)
Huid	6 (11%)	6 (9%)
Tanden	4 (7%)	6 (9%)
Depressie, burnout	5 (9%)	0
Andere	3 (6%)	6 (9%)



## Lokalisatie musculoskeletale problemen

Dooms,T. (2018). Musicien d'orchestre : un métier à risque?. Médecine des Arts, 85, p 4-13.

	Vrouwelijke respondenten N=50	Mannelijke respondenten N=57
Schouder	33/50 (66%)	28/57 (49%)
Nek, hals	23/50 (46%)	21/57 (37%)
Regio v schouderblad	23/50 (46%)	15/57 (26%)
Lendenwervelzuil	12/50 (24%)	26/57 (46%)
Elleboog	12/50 (24%)	11/57 (19%)
Pols	12/50 (24%)	4/57 (7%)
Hand, vingers	11/50 (22%)	8/57 (14%)
Voorarm	7/50 (14%)	5/57 (9%)

---

▶ Focale dystonie

- ▶ afbeelding : Médecine des Arts



---

▶ Verband tussen musculoskeletale problemen en

stress

geslacht

leeftijd







---

3 belangrijke oorzakelijke factoren bij chronische musculoskeletale klachten :

Houding

Frequentie van de beweging

Kracht

---







- 
- ▶ Therapie en preventie :

**belasting / belastbaarheid**



---

▶ **Wat te doen?**

▶ Verminderen belasting

▶ Verhogen belastbaarheid



- 
- ▶ Verminderen van de belasting :
    - ▶ Verminderen **dynamische** belasting
      - ▶ Micropauzes
      - ▶ Spreiden oefenmomenten moeilijke stukken
      - ▶ Snelle passages traag inoefenen
    - ▶ Verminderen **statische** belasting
      - ▶ Houding bij bespelen muziekinstrument
      - ▶ Aanpassen muziekinstrument















---

▶ Verhogen belastbaarheid

▶ Gerichte oefentherapie



---

## Algemeen besluit :

medische problemen bij muzikanten : frequent!

meest frequent : musculoskeletaal

grote individuele verschillen

!!! beoordelen tijdens het musiceren !!!



# Dank voor uw aandacht!

---



Antwerp **Hearts**  
GEZONDHEIDSZORG  
VOOR KUNSTENAARS

**UZA'**

