

Musiktherapie lindert langfristig Angst bei Krebsüberlebenden

🕒 Dienstag, 10. Juni 2025



/Khaligo, stock.adobe.com

Chicago – Musiktherapie kann Angststörungen bei Krebsüberlebenden ähnlich wirksam lindern wie eine kognitive Verhaltenstherapie (KVT). Das zeigen die Ergebnisse einer randomisierten Studie, die bei der [Jahrestagung](#) der American Society of Clinical Oncology ([ASCO](#)) in Chicago vorgestellt wurden ([Abstract 12003](#)).

Angststörungen gehören zu den häufigsten psychischen Langzeitfolgen nach einer Krebserkrankung – sie sind belastend, schränken die Lebensqualität ein und bleiben dennoch oft unbehandelt. KVT gilt als Goldstandard zur Behandlung, doch nicht alle Betroffenen sprechen darauf an. Oft fehlen auch Therapieplätze oder die Patientinnen und Patienten ziehen sie wegen der damit einhergehenden Stigmatisierung nicht in Betracht.

Das Forschungsteam um Kevin T. Liou vom [Memorial Sloan Kettering Cancer Center](#) in New York berichtet, dass Musiktherapie Ängste kurzfristig reduzieren könne, ihre langfristige Wirksamkeit im Vergleich zu etablierten Verfahren aber bislang unklar gewesen sei.

Die Gruppe untersuchte, ob Musiktherapie einer KVT hinsichtlich der Angstreduktion nicht unterlegen ist. Eingeschlossen wurden 300 Krebsüberlebende (alle Tumorarten und Stadien), die seit mindestens einem

Monat unter Angstzuständen litten. Das mittlere Alter lag bei 57 Jahren, etwa drei Viertel der Teilnehmenden waren Frauen. Häufigste Tumorarten waren Brustkrebs (45,3%) und hämatologische Malignome (15,7%).

Die Randomisierung erfolgte im Verhältnis 1:1 auf Musiktherapie (n=147) oder KVT (n=153). Die Behandlung erfolgte jeweils nach einem standardisierten Protokoll mit 7 wöchentlichen Zoom-Sitzungen und einer Nachbeobachtungszeit von 26 Wochen.

Primäre Endpunkte waren die Veränderungen auf der Angst-Subskala der Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) nach 8 und 26 Wochen. Beide Gruppen erreichten eine klinisch relevante Angstreduktion: In Woche 8 war der HADS-Angst-Score unter Musiktherapie um 3,12 Punkte und unter KVT um 2,97 Punkte gesunken. Der zwischen den Gruppen gemessene Unterschied von -0,15 Punkten lag innerhalb der vordefinierten Nichtunterlegenheitsgrenze von 1,20 Punkten ($p < 0,001$ für Nichtunterlegenheit).

Links

› ASCO-Abstract 12003