



Singen

Wer viel singt, kann der Ausprägung einer Greisenstimme im Alter vorbeugen, berichtet die "Apotheken Umschau". "Vor allem Frauen profitieren davon", sagt Prof. Martin Ptok, Leiter der Klinik für Phoniatrie und Pädaudiologie (Stimm- und Sprachstörungen) der Medizinischen Hochschule Hannover. Das Singen verändert den ganzen Stimmapparat. Die Stimmbänder werden straffer und dicker. Die Nebenhöhlen, die der Stimme den Klang verleihen, können besser mitschwingen. Das gibt der Stimme einen weicheren Klang. Die Muskeln, die den Kehlkopf nach unten ziehen, werden kräftiger. All dies sind Langzeiteffekte, welche die Stimme jung halten.