

音乐医学及其临床应用

敖欣¹ 黄湘² 刘丹²

(1 江西师范大学音乐学院 南昌 330027; 2 江西省中医药研究院 南昌 330077)

关键词:音乐医学;边缘学科;音乐疗法;疾病康复

中图分类号:R 493

文献标识码:B

文献编号:1671-4040(2004)03-0035-01

音乐医学,又叫音乐医疗学或音乐治疗学,即音乐疗法,它是研究如何用音乐治疗、康复、教育和训练患有身体和精神疾患的儿童或成人,保护人群健康的一门学科。它不仅用于治疗心身疾病,而且还具有保健作用。音乐之所以具有治疗疾病的功能,完全是由其本质特征所决定的,正如罗曼·罗兰所说:“音乐不是一种单纯的消遣,它或是对于心灵的一种理智上的裨益,或是镇定和整饰灵魂的一种抚慰……。”^[1]

1 历史

音乐医学是音乐与医学之间派生出来的一门既古老又新兴的学科。音乐医学这一概念是由古希腊哲学家毕达哥拉斯提出的,它撇开迷信观念,首次科学地指出了音乐对于人体心理活动的影响。古希腊另一位哲学家亚里斯多得也曾对音乐的医疗价值作出了正确的评论。古埃及曾有“音乐为人类灵魂的药”的记载。现代的音乐治疗则是在第二次世界大战后发展起来的,特别是在近 20 年来随着医学模式的转变,音乐知识的普及,心身医学及康复医学的发展,促进了音乐医学的发展。自从 1950 年美国成立了全美音乐治疗协会后,音乐治疗发展成为一种专门疗法。美国政府将其规定为医学院校学生的必修课程,1958 年英国建立了英国音乐协会,此后澳大利亚、德国、法国等 45 个国家先后成立了音乐治疗机构。

在我国,远古先民很早就认识到歌乐和药物的联系,这可以从樂、藥、療三字同源为证。樂、藥二字见于甲骨文与金文,藥为療的正字,《说文解字》说:“療,治也。”又说“本作樂”^[2]。藥、療均从樂得声,樂为乐器,苦乐鼓舞歌呼,舒体娱心,前人以为源自先民宣导筋骨、气血之需,与药物体异而用同,均有调治之效。金元名医张子和治疗悲伤过度的病人时,请艺人跳舞唱歌来配合药物治疗。这说明在古代的医学实践中就已经认识到音乐的医疗价值。目前我国已经有近万家医疗单位建立了心理音乐治疗室,治疗范围也由原来的精神、神经系统的疾病而拓展为对内、外、妇、儿、牙、肿瘤等多种疾病的预防和治疗。

2 方法

音乐医学的治疗方法主要有两种。(1) 主动性音乐治疗:通过让患者唱歌、跳舞、演奏来调节情绪,逐步建立适应外界环境的能力,其在国外主要用于精神病院和康复医疗机构。(2) 被动性音乐治疗:让患者感受音乐,在欣赏音乐的过程中,通过音乐的旋律、节奏、和声、音色等因素影响人的神经系统以达到治疗作用,其要注意乐曲的选择,一般应选择内容健康、节奏明朗、旋律优美、声音和谐的音乐。此外,还有综合性音乐治疗,如音乐引导气功疗法、音乐电疗法、音乐运

动疗法等。

3 适应症

心理学家认为,歌曲的重复或拍手游戏以他们一种简单的可预知的能力给患者一种安全感、顺序感及成就感。音乐也已运用到治疗、康复、护理的各个领域,发挥着越来越大的作用。(1) 精神性疾病:对神经官能症、抑郁症和功能性头痛有明显疗效;音乐可使多动症的儿童变得合群和注意力集中;镇静性音乐能使手足多动症的患者放松,刺激性音乐有助于痉挛的协调。(2) 心血管疾病:听民族音乐可明显减轻高血压患者的临床症状,使心率变异性提高,自主神经功能改善;听安静抒情轻快的乐曲可使心梗、心脏介入治疗患者及冠状动脉搭桥术后患者心率降低,血压下降,心肌耗氧量减少;音乐治疗对心律失常尤其是非器质性心律失常有效,可减少室性早搏和室上性早搏的次数,显著减轻患者的心慌、胸闷、胸痛症状。(3) 肿瘤:音乐可使癌症患者化疗后产生恶心的持续时间减少及呕吐严重程度降低,改善肿瘤患者心理和精神状态,提高患者生活质量。(4) 脑功能改善:音乐治疗已用于改善脑瘫患者与肌萎缩患者运动的协调,也用于严重语言障碍患者中教授呼吸的方法及句子的控制;老年痴呆症、帕金森病、脑外伤后意识障碍、脑中风等患者在进行音乐治疗后,运动能力改善,社会交往增多,情绪的稳定性增强。(5) 手术镇痛:国外有研究报道对手术的患者根据喜好选择安神音乐、古典音乐或现代音乐,结果在听音乐 20 分钟后患者呼吸频率、血压脉搏均低于听音乐前状态,同时焦虑计分下降。(6) ICU 中的应用:ICU 房环境往往造成患者焦虑、恐慌、抑郁等负面情绪,音乐可缓解患者压力,促进患者身心康复,避免 ICU 综合征的发生。

4 展望

音乐对人心身的调节作用是肯定的,音乐疗法在心身疾病治疗康复上有广阔的应用前景。但音乐对人的影响包括音乐自身的节律旋律、节拍、调式、音色等固有内容外,听者的接受水平,包括年龄、文化程度、民族、语言及对音乐的喜好程度均对音乐治疗的疗效有很大的影响,这在一定程度上制约了音乐医学的普及推广。但相信随着经济水平的不断提高,人文教育的不断深化,在医护人员和音乐专家的共同努力下,科学和艺术完美结合的音乐医学必将为患者创造一个更为良好的治疗和康复环境,为人们的身心健康发挥其独特而巨大的贡献。

参考文献

- [1]罗曼·罗兰.歌德与贝多芬[M].北京:人民音乐出版社,1981.109
- [2]段玉裁.说文解字注[M].上海:上海古籍出版社,1991.352

(收稿日期:2004-01-06)