

МУЗЫКАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ И МЕДИЦИНА

Я убежден, что каждой организации нужна музыкальная терапия и музыкальные терапевты.

Оливер Сакс, доктор медицинских наук, невролог

Что такое музыкальная терапия?

Музыкальная терапия — это клиническое, научно обоснованное использование музыки для достижения индивидуальных целей в медицинской практике. Сеанс проводится квалифицированным специалистом, получившим образование по утвержденной программе музыкальной терапии.

Это общепризнанная медицинская услуга, подобная трудовой и физиотерапии, заключающаяся в использовании музыки в терапевтических целях, чтобы улучшить физическую, психологическую, когнитивную и социальную деятельность пациентов.

Музыкальная терапия — это действенный, неинвазивный метод лечения, который нередко дает результаты в тех случаях, когда другие средства не работают.

В дополнение к видам терапии, проводимым в больницах, музыкальная терапия успешно применяется в лечении людей всех возрастов и состояний любой степени тяжести.

Как музыкальная терапия помогает пациентам медицинских учреждений?

Музыкальная терапия зарекомендовала себя как действенный и надежный способ лечения пациентов со множеством диагнозов.

Она может быть использована для решения проблем, связанных с дыханием, хронической болью, диабетом, головными болями, сердечнососудистыми заболеваниями, в послеоперационном периоде и в процессе реабилитации и т.д., а также широко применяться в акушерской практике (включая сопровождение беременности и роды).

Результаты исследований и медицинская практика определяют жизнеспособность данного метода даже у тех пациентов, которым не смогли помочь другие медицинские подходы.

Музыка — это сенсорная стимуляция, и она вызывает реакции, основанные на ощущении безопасности, узнаваемости и предсказуемости.

Чем занимаются музыкальные терапевты?

Музыкальные терапевты используют занятия музыкой (инструментальные и вокальные), чтобы способствовать изменениям, которые по своей природе с музыкой не связаны.

Программы этой терапии основаны на индивидуальном подходе, планировании лечения и постоянной оценке прогресса.

Нередко музыкальные терапевты, как члены междисциплинарной команды, осуществляют групповые и индивидуальные программы, направленные на обширное число задач, включая снижение боли и тревожности, борьбу со стрессом, коммуникацию и помощь в выражении эмоций.

Чего можно ожидать от музыкального терапевта?

Музыкальная терапия, используемая в медицинской сфере, соответствует ожиданиям и требованиям к лечебному плану.

Музыкальные терапевты, получившие профессиональную подготовку, разрабатывают и используют индивидуализированные музыкальные упражнения, учитывая потребности и предпочтения пациента, чтобы исследовать, оценивать его состояние и лечить его.

Цели пациента музыкальной терапии весьма специфичны и зависят от медицинской диагностики, курса лечения и времени планирования выписки.

Преимущества такой терапии объясняются медицинским (а не музыкальным) языком.

Посредством систематического использования музыки и музыкальных занятий, музтерапевты помогают:

- снизить уровень стресса и тревожности;
- контролировать боль и уровень комфорта без помощи лекарств;
- достичь позитивного изменения эмоционального состояния;
- принимать активное и позитивное участие в лечении самому пациенту;
- сократить продолжительность госпитализации.

Кроме того, музыкальная терапия может помочь:

- улучшить эмоциональную связь с семьей и теми, кто ухаживает за пациентом;
- отдохнуть окружающим его людям;
- провести время с пользой в приятной, творческой атмосфере.

Кто имеет квалификацию музыкального терапевта?

Выпускники колледжей и университетов более 70-ти программ по музыкальной терапии допускаются к национальной аттестации. Она проводится Сертификационной комиссией музыкальных терапевтов — Certification Board for Music Therapists (CBMT), независимой некоммерческой организацией,

аккредитованной Национальной комиссией по сертификации организаций (National Commission for Certifying Agencies).

Выпускники, успешно прошедшие аттестацию СВМТ, получают диплом, необходимый им для профессиональной практики: диплом специалиста, сертифицированного комиссией музыкальных терапевтов (СВМТ).

Помимо диплома СВМТ, существуют и другие виды сертификации, перечисленные в Национальной базе музыкальных терапевтов:

- дипломированный музыкальный терапевт (Registered Music Therapists, RMT);
- сертифицированный музыкальный терапевт (Certified Music Therapists, CMT);
- музыкальный терапевт продвинутого уровня (Advanced Certified Music Therapist, АСМТ).

Человек, не имеющий надлежащей подготовки и сертификации, не может предоставлять услуги музыкального терапевта.

Где работают музыкальные терапевты?

Музыкальные терапевты предоставляют услуги в госпиталях, медицинских заведениях и отделениях для пациентов, нуждающихся в постоянном уходе, реабилитационных центрах, центрах социальной поддержки, домах престарелых, хосписах, психиатрических больницах, работают в программах по избавлению от наркологической и алкогольной зависимости, школах и других учреждениях.

В медицинской сфере музыкальные терапевты имеют дело с самыми разнообразными потребностями пациентов. Они могут работать в различных отделениях, в том числе в отделениях интенсивной терапии, предоперационной подготовки и послеоперационной терапии, в операционных, отделениях по лечению хронических болей, в кардиологии, акушерстве, неотложной помощи, педиатрии, а также принимать участие в программах по восстановлению способности к труду и в амбулаторных программах.

Некоторые терапевты ведут частную практику и работают по договору, в то время как многие трудятся в больницах.

Как музыкальная терапия помогает пациентам и персоналу больниц?

Доктор Уолтер Цюань, онколог-гематолог медицинского центра Святого Луки (Кливленд, Огайо) утверждает: «Музыкальная терапия может применяться во многих областях. Мы наблюдали, как у некоторых пациентов благодаря музыкальной терапии приходило в норму и сохранялось на нормальном уровне давление.

Другой немаловажный аспект — использование музыкальной терапии во время родов и в родильной палате. Мы знаем, например, что в работе с некоторыми пациентками, посещающими курсы будущих мам, музыкальную терапию можно использовать, чтобы помочь женщине расслабиться и облегчить боль при схватках».

Результаты музыкальной терапии могут быть оценены как качественными (ощущаемыми субъективно), так и количественными (измеряемыми) методами.

Доктор Цюань продолжает: «Терапевты в основном имеют дело с измеряемыми величинами или терминами, предполагающими конкретные

цифры. Однако существуют такие дисциплины (и музыкальная терапия одна из них), где присутствует эффект, который можно оценить лишь качественно и который приносит ощутимую пользу пациенту».

Музыкальная терапия позволяет удовлетворить потребности каждого пациента, а также собрать исчерпывающие данные для описания комплексной истории его болезни и разработки лечебного плана, учитывающего его индивидуальные особенности.

Вследствие этого музыкальные терапевты имеют возможность оценивать состояние пациента в процессе лечения. Таким образом, музыкальная терапия имеет и конкретные, измеримые результаты.

Внедрение музыкальной терапии помогает удовлетворять многие потребности пациента и повышает уровень качества его жизни.

По мере того как программой национального здравоохранения вопросы качества жизни и решений пациента о своем лечении выдвигаются на первый план, музыкальная терапия все чаще рассматривается как уникальный вклад в реализацию этих задач.

Музыкальная терапия помогает облегчить боль, уменьшить стресс и тревожность у пациента, что приводит к изменениям на физическом уровне:

- улучшается дыхание;
- снижается кровяное давление;
- увеличивается минутный объем сердца;
- уменьшается частота сердечных сокращений;
- снимается мышечное напряжение.

Исследования показали, что музыкальная терапия оказывает большое влияние на эффективность лечения: отмечается снижение боли, релаксация, положительное влияние на частоту дыхания, наблюдается уменьшение тревожности у пациентов и меняется выбор ими анестетиков и дозировки обезболивающих.

Почему музыкальная терапия становится все более востребованной?

Уильям Фролих, президент медицинского центра Beth Abraham Health Services в Нью-Йорке, говорит о музыкальной терапии как об одной из составляющих комплексной модели лечения:

«Я думаю, что терапевт играет незаменимую роль в команде врачей, медсестер, невропатологов, физиотерапевтов, терапевтов по гигиене труда и т.д. В этот список по праву можно включить и музыкальных терапевтов.

Если музыкальный терапевт видит, что во время проводимой им сессии пациент совершает необычные для себя действия (начинает ходить, петь или танцевать, хотя раньше не проявлял никакой двигательной активности), и сообщает об этом другим работающим с пациентом врачам-специалистам, это значительно влияет на общую схему лечения данного больного».

Доктор Уолтер Цюань, онколог-гематолог медицинского центра Святого Луки (Кливленд, Огайо) говорит об использовании музыкальной терапии при лечении рака:

«При наблюдении за работой иммунной системы у онкологических больных чрезвычайно важно обращать внимание на связь их сознания с телом. Мы верим, что пациент, испытывающий меньший стресс, пребывающий в хорошем настроении, показывает лучшие результаты в процессе противораковой терапии.

Думаю, что музыкальная терапия, визуализация и иммунотерапия связаны между собой.

Кроме того, я уверен, что музыкальная терапия может помочь пациенту, если проводить ее в комплексе с биотерапией при лечении рака.

Недавно проведенные исследования среди онкологических пациентов показали, что три четверти из тех, кто получает стандартные курсы медикаментов в комплексе с музыкальной терапией, испытывали меньше боли.

Помогая пациентам расслабиться, музыкальная терапия может оказывать положительное влияние на их иммунную систему, что в свою очередь может позитивно повлиять на лечение рака».

Сьюзан Шурин, доктор медицины, глава педиатрического и гематологического отделений в Ирландском центре по лечению рака (Ireland Cancer Center) в Кливленде, Огайо, так комментирует эффективность курса музыкальной терапии при неврологических дефектах:

«Музыкальная терапия дает людям возможность точнее подбирать слова, чтобы описать свое состояние, что было бы гораздо труднее сделать без музыкальной «подсказки».

Нередко пациенты могут описывать свое состояние только благодаря музыкальному ритму и темпу. Музыкальная терапия может помочь в частности и тем людям, у которых наблюдается несколько неврологических нарушений.

Использование музыки позволяет «достучаться» до пациента и во многом помогает ему «достучаться» до нас, чего бывает очень трудно добиться другими способами».

Джозеф Ареццо, доктор философии, заместитель главы неврологического отделения Albert Einstein College of Medicine (Нью-Йорк), говорит о роли музыкальной терапии в терапевтической неврологии так:

«Мы еще только начинаем догадываться, до какой степени возможно восстановление после инсультов, травм и самых различных неврологических заболеваний. Мы надеемся, что музыка может играть особенно значимую роль том, чтобы люди научились понимать состояние пациента, и существенно помочь в его обучении».

Что такое АМТА?

В Американскую ассоциацию музыкальной терапии (American Music Therapy Association, АМТА) входит более 5000 музыкальных терапевтов, корпоративных членов и родственных организаций со всего мира.

История АМТА началась с двух организаций, основанных в 1950-м и 1971-м годах. Эти две организации объединились в 1998 году, чтобы обеспечить успешное развитие терапевтического использования музыки при реабилитации, а также в специальном образовании в медицинских и музыкальных областях.

АМТА способствует развитию музыкальной терапии, постоянно улучшая качество обучения и переподготовки, повышая профессиональные стандарты и поддерживая исследовательскую деятельность.

Задача организации — расширить знания населения о пользе музыкальной терапии и обеспечить доступ к качественным музыкально-терапевтическим услугам.

В настоящее время АМТА устанавливает критерии для образования и клинической практики музыкальных терапевтов.

Члены АМТА придерживаются Этического кодекса и Стандартов качественной практики в предоставлении музыкально-терапевтических услуг.

Как связаться с музыкальным терапевтом или получить дополнительную информацию?

American Music Therapy Association
(Американская музыкально-терапевтическая ассоциация)
8455 Colesville Road, Suite 1000
Silver Spring, MD 20910

Телефон: (8-10-1-301) 589-3300
Факс: (8-10-1-301) 589-5175
Веб-сайт: www.musictherapy.org
Электронная почта: info@musictherapy.org; amta@musictherapy.org

Перевод листовки:

Некоммерческая образовательная инициатива МузТерапевт.Ру.

Веб-сайт: <http://muzterapevt.ru>