

20. juli 2008 04:00

Af: TOMMY BYRNE, Fyens Stiftstidende

Musik som medicin

[Se TV Online](#)

Hele sæsoner, danske serier & eksklusive forpremierer. Prøv nu!



Artiklen er hentet i arkivet

Der kommer medicin ud af højttalerne på flere og flere sygehuse. Musik og lyde kan sænke blodtryk og puls til gavn for mange patienter, viser forskning

Vejen mod helbredelse er ikke kun noget, der rystes ud af pilleglasset eller sprøjtes ind i venerne. Det kan også strømme ind gennem ørerne og sprede sig i kroppen.

Musik har en positiv virkning på en lang række af de faktorer, der er afgørende for, hvordan man kommer igennem en sygdom og bliver rask igen. Det er veldokumenteret. En af de personer, der har brugt en god del af sit professionelle liv på at skaffe den videnskabelige dokumentation, er professor og forskningsdirektør Lars Heslet.

- Musikkens virkning er lige så veldokumenteret som et lægemiddel. Man kan nærmest kalde det et lægemiddel, siger han.

Der er for eksempel lavet forsøg på en opvågningsafdeling, hvor én gruppe patienter fik musik, mens en anden blot fik den naturlige lyd. Selv om den pleje og behandling, de fik, var ens, så oplevede musik-patienterne, at de fik større opmærksomhed af personalet, de var mere tilfredse, og de brugte mindre morfin og smertestillende medicin.

- Musikken går ind og påvirker psykologisk - altså påvirker følelserne. Men den går også direkte ind på selve det, vi kan kalde krokodillehjernen, og påvirker binyren, hjerterytmen, kredsløb og hormonbalance. Og det sker automatisk, uanset om vi tænker over det eller ej, siger Lars Heslet.

Han mener, at der er penge at spare på især smertebehandling og medicin, hvis musikken bliver en fast bestanddel i overlægernes medicinskab.

Forsøg viser for eksempel, at patienter med kronisk smerte klarer sig med markant mindre medicin, hvis de lytter til beroligende musik to gange en halv time hver dag.

- Der er rigtig store penge at spare, siger Lars Heslet.

Men den musikalske medicin bliver allerede doseret ud gennem højttalere og hovedtelefoner på flere sygehuse.

OUH som musik-pioner

På Odense Universitetshospital (OUH) har man for længst fået ørerne op for de nye toner. Patienter, der vågner op af en fuld bedøvelse efter en operation, har beroligende musik til rådighed.

- Det startede allerede i 2001, da vores daværende afdelingssygeplejerske Anni Nørregaard var en af dem, der begyndte at interessere sig for, hvad det er for et lydmiljø, vi tilbyder disse patienter, fortæller Ingeborg Moritz Hansen, der er oversygeplejerske for Anæstesiologisk-Intensiv afdeling V på OUH.

Hun blev selv lettere chokeret over det lydtapet, patienterne vågner op til efter en operation.

- Jeg tog en lydoptagelse med hjem og lagde mig på sofaen for at høre den, og det virkede ret voldsomt med alle de lyde. Der var meget larm, og det var umuligt at slappe af til, siger Ingeborg Moritz Hansen.

- Det var snak, bilyde, senge, der blev kørt ind og ud, og døre, der gik op og i, siger hun.

Siden har opvågningsafdelingerne arbejdet systematisk med at skifte de stressende lyde ud med noget mere afslappende for de 32.000 patienter, der går igennem afdelingen hvert år.

- Man kan lukke øjnene, hvis man ikke vil se, men man kan ikke lukke ørerne, hvis man ikke vil høre, siger Ingeborg Moritz Hansen.

Der har været forsøgt både forskellige musikformer og forskellige måder at få lyden ind i ørerne på patienterne.

Skolelærer John Stener Jensen er en af dem, der vågnede op til afslappende rytmer efter en prostataoperation i denne uge.

- Det var rolig og neutral musik, som virkede lys. Det var jeg glad for, for det var med til at give ro, siger han.

Læs også: [Sygehuse bruger musik som medicin](#)

Musik der virker

Men det er ikke en hvilken som helst form for musik, der virker. Niels Eje er konservatorieuddannet musiker fra Odense, og efter en karriere i blandt andet Danmarks Radios Symfoniorkester og Trio Rococo har han i 12 år arbejdet systematisk på at skabe musik, der helbreder.

- Det startede lidt tilfældigt, fordi der var flere, der fortalte, at Trio Rococo-musikken virkede

beroligende på dem. Nogle fortalte, at de havde vores cd'er med, når de skulle føde eller gennemgå en operation, fortæller Niels Eje.

Hans kone, Inge Mulvad, var også med i trio'en, og sammen gik de i gang med at finde ud af, hvad det er i musikken, der virker beroligende. Som en videnskabsmand gik Niels Eje i gang med at pille musikken fra hinanden og sætte den sammen igen.

Musikerparret og overlæge og professor Lars Heslet satte sig for ikke alene at finde den musik, der er mest helbredende, men også at bevise videnskabeligt, at den virker.

Egmont Fonden troede på projektet og postede de nødvendige millioner i det, så det minutiøse arbejde kunne udføres.

Patienter er blevet udspurgt for at klarlægge, hvordan de oplevede musikken. Men de er også blevet fysisk testet for at se, hvordan hjerterytme, blodtryk og andre helt konkrete størrelser reagerer på musikken.

- Vi arbejdede fem-seks år, inden der blev udgivet en eneste tone, fortæller Niels Eje.

Han har haft sin obo med hele vejen, men her gjaldt det ikke om at vise, hvad han kan på sit instrument. Derimod skulle han skære væk og vælge fra.

Ingen rock, pop og jazz

- Det duer for eksempel ikke med musik med hurtigt tempo, der får pulsen op. Der skal være en rolig konstant rytme, som svarer til hjertets puls. Eller til morens puls, som er den første musik, man hører som foster, og det er en rytme med omkring 60 slag i minuttet, siger Niels Eje.

- Jeg undgår også dynamiske udsving. Dem vil man gerne opleve i en koncertsal, men hvis man ligger og er ved at vågne op efter en operation, så kan det virke som alarmer eller chokvirkninger, siger han.

Til gengæld forsøger han at tilføre musikken det, han kalder dybde.

- Der er mange lag i musikken, som hvis man forestiller sig et maleri med en forgrund, en mellemgrund og en baggrund med en masse detaljer ind imellem.

Den tredje grundregel for musikalsk medicin er, at den ikke må ligne hverken rock, klassisk, jazz eller andre genrer.

- Jeg forsøger at gøre musikken genreløs. Jeg bruger både rytmiske og klassiske instrumenter, og jeg skaber synthesizer-lyde fra bunden og sampler lyde fra blandt andet naturen. På den måde

bliver man hele tiden styret uden om de b ase, man normalt sætter musikken i. Man skal opleve den umiddelbart og spontant uden at tænke, at det lyder som jazz eller pop eller klassisk, siger Niels Eje.

- Musik er meget individuelt, og mange har fordomme mod bestemte typer musik. Det er de følelser, som den beroligende musik skal styre udenom, siger han.

I dag har Niels Eje og Inge Muldvad udgivet flere cd'er med dokumenteret effekt under navnet Musicure. De bruges på flere sygehuse og kan købes på apotekerne.

Men der findes mange andre musikere, der forsøger at finde de rytmer og lyde, som er gavnlige for den syge krop.

Musikken breder sig

Alt tyder på, at musikken vil brede sig på de danske sygehuse. På Odense Universitets Hospital er udviklingssygeplejerske Dorthe Hasfeldt-Hansen ved at forsøge at sprede erfaringerne fra opv gningsafdelingerne til andre afdelinger. Mest oplagt er de intensive afdelinger.

- Her ligger patienter, der f r meget medicin, og her er endnu flere apparater og endnu flere lyde, der kan give usikkerhed. Det er patienter, der kan have stor gavn af at trække vejret roligt og dybt, siger Dorthe Hasfeldt-Hansen.

Hun er med i internationale netværk, der udveksler erfaringer om nye musiktyper og om, hvordan man bedst f r spillet de helende toner for patienterne, uden at det generer nogen.

Læs mere på mitfyn.dk

Abonnement fra kun **49 kr.** pr. md.

Start din første måned for en krone her

Allerede bruger? [Log ind her](#)

F r du avisen? - S  har du også adgang til alt indholdet på mitfyn. **Klik her** og opret dig gratis, få hjælp til at logge ind **her** eller ring til kundeservice på **tlf. 63 15 15 15**.