



Niels Eje komponerer musik, hvor der ofte indgår beroligende lyde fra naturen

Pressefoto: MusiCure

Musik kan berolige hjernen og bevæge følelserne

På SINDs medlemskonference kan du fx møde komponisten Niels Eje. Gennem snart 20 år har han udviklet musik, der beroliger hjernen og bevæger følelserne. Erfaringerne med musikken, som både bruges i sundhedsvæsenet og sælges via apotekerne, kan du også afprøve hjemme ved dine egne højtalere eller hovedtelefon

AF HENRIK HARRING JØRGENSEN

Historien gik hele verden rundt i medierne, da komponisten Niels Eje for snart 20 år siden beviste, at patienter på Rigshospitalet trods dyb koma reagerede positivt på den musik, han havde skabt. Siden har udviklingen taget fart. Både i forskningsverdenen og i sundhedsvæsenet.

Musik er ikke en mirakelkur, der helbreder. Men musik i almindelighed og musik som Niels Ejes i særdeleshed kan rigtigt anvendt bidrage til at sænke pulsen, berolige hjernen og bevæge følelserne, viser flere forskningsartikler og konkrete erfaringer fra både psykiatrien og det somatiske sundhedsvæsenet.

Effekten opstår ikke ved alle typer musik. Tværtimod. Sætter du fuld lydstyrke på dine yndlingshits fra skoletiden eller nutidens mest kendte solister, så løftes humøret og danselysten måske, men din hjerne gearer ikke ned. Det gør den derimod, hvis du bruger beroligende musik uden ord eller genrer, som skaber billeder i dit

sind. Niels Eje anvender især lyde fra naturen.

“Flere studier viser, at beroligende musik har en god effekt. Fx viste blodprøver fra hjerteopererede patienter i Sverige, at musikken påvirkede hormonbalancen positivt. Mængden af stresshormon faldt, hvorimod patienterne dannede mere af det såkaldte kærlighedshormon, oxytocin, som fx opstår ved forelskelse. Andre studier konstaterer, at den rigtige musik får hjernen til at frigøre stofet dopamin, som får os til at føle os tilfredse,” siger han.

Mindre tvang, mere musik

Niels Eje er oprindelig uddannet på Det Kgl. Musikkonservatorium som oboist. Otte år før de internationalt opsigtsvækkende forskningsresultater med komapatienter opstod, havde han forladt en sikker stilling i radiosymfoniorkestret for i stedet at op-søge og skabe musik udenfor de kendte genrer, der bevæger andre. Med gruppen Trio Rococo oplevede han i 1990'erne både at op-

træde på Roskilde Festival og i rigtig mange forsamlingshuse og spillesteder, indtil interessen for musikkens beroligende effekt tog over. I dag leder man forgæves efter Niels Ejes musik, MusiCure, på musik tjenesten Spotify eller på CD-reolerne i musikbutikker. Derimod sælges hans musik på apotekerne og via internettet, bl.a. til hospitalsafdelinger, private og mange forskellige klinikker. Både musikken og fx Niels Ejes specielt designede hovedpuder med indbyggede højtalere bruges mere og mere. De seneste år er psykiatrien også kommet med. Musik er en af flere metoder, der bruges for at skabe ro og forebygge situationer, der kan optræde til konflikter og måske tvang.

“Fx i Horsens og i Svendborg har man afprøvet musik i psykiatrien. Som komponist er det en helt særlig følelse at have skabt noget, der kan medvirke til at reducere tvang,” smiler Niels Eje.

Du kan læse mere om hans musik på www.musicure.dk.

Forskning viser, at musik kan påvirke hormonbalancen i hjernen, oplyser Niels Eje



Pressefoto: MusiCure