



Hospice ny  
 adresse  
 Om hospice  
 Organisation  
**Tværfagligt team**  
 Frivillige  
 Fysioterapi  
 Musikterapi  
 Præst  
 Sorggruppen for  
 unge  
 Sygepleje fagligt  
 Støtteforeningen  
 Litteratur  
 Uddannelse  
 Spørgsmål og svar  
 Login vagtskema

Frivilligkoordinator  
 Fysioterapeuten

## Musikterapi – musikmedicin

Er det meningsfyldt at definere en forskel mellem musikterapi og musikmedicin? Og hvad er musikterapi og hvad er musikmedicin? Som udgangspunkt kan musikmedicin ses som en af mange retninger indenfor musikterapi. Fagområdet musikterapi forudsætter og er koncentreret om relationen – terapeut/klient. Et musikterapeutisk forløb kan ses som en måde at kommunikere på eller som psykoterapi med/ved musik. Musikken bliver et værktøj til at udtrykke klientens følelser og at spejle emotionelt kaos mere end at sigte mod en symptomlindring, således at klienten gennemlever en psykoterapeutisk proces.

Hvad er det musikken gør i et musikterapeutisk forløb? Musikken stimulerer indre billededannelse, vække følelser, og udløser minder og associationer. I metoden Guided Imagery and Music (GIM) bruges musikken til at skabe emotionel forløsning og afspænding. Metoden er procesorienteret og forudsætter udveksling med en terapeut. Musikken der anvendes er klassisk musik.

Musikmedicin udforsker musikkens evne til påvirkning fysiologisk og psykologisk. Mange kan bruge musikken som "egenterapi" til at fremme biologiske virkninger f.eks. afspænding. Hos en angst person kan musik som medicin udnytte musikkens angstdæmpende virkning i modsætning til en musikterapeutisk intervention, som i større grad vil forsøge at arbejde psykoterapeutisk med problemstillingen. I et musikmedicinsk forløb påvirker musikken/lyden centrale fysiologiske områder som blodtryk, puls, respirationsfrekvens, hjernebølgemønstre målt ved EEG, kropstemperatur og galvanisk hudrespons. Musikken kan stimulere immunforsvaret målt ved øget serumniveau af immunologiske markører som immunoglobiner og endorfiner.

Afspændende musik vil være flydende med lav intensitet og svag lydstyrke, lille eller ingen aksentuering af rytmen, harmoniske akkorder og udstrakt brug af legato og ostinato, svævende klange med lidt dynamisk variation. Reaktionen vil typisk være et fald af blodtryk, puls og åndedrætsfrekvens, sænket O<sub>2</sub>-forbrug og muskeltonus, indsnævrede pupiller og grader af somnolens.

Aktiverende musik som er hurtig, kraftig, staccato, synkoperet og udstrakt brug af dissonanser vil stimulere et højere blodtryk, hurtigere – og uregelmæssig – puls og respiration, rytmiske sammentrækninger i skeletmuskulaturen, udvidede pupiller, øget elektrisk hudmodstand og O<sub>2</sub>- forbrug.

Stabiliserende musik hvis formål er at oprette en ligevægt og balance, særligt på det psykologiske plan. F.eks. virke som stimulering ved depressive tilstande eller skabe mere ro hos mennesker i en ophidset tilstand. Disse ulige reaktioner kan til tider fremkaldes af det samme musikstykke f.eks. enkle klassiske symfonier.

Indenfor musikmedicinen anvendes især Musicure serien med Niels Eje, hvor der indtil nu er komponeret 5 cd'er. Musikken bruges til beroligelse, til afspænding og til at skabe et harmonisk lydmiljø. Musikken kan høres i Musicure Pillow, en specialdesignet pude med indbyggede højttalere.

Endvidere anvendes Anders Rogg og Audun Myskja's musik: "Videre" og "Lyden af lys". Sidstnævnte anvendes især i dødsprocessen, hvor den inderlige, stille og beroligende musik/lyd kan skabe lindring for såvel den døende som de pårørende.