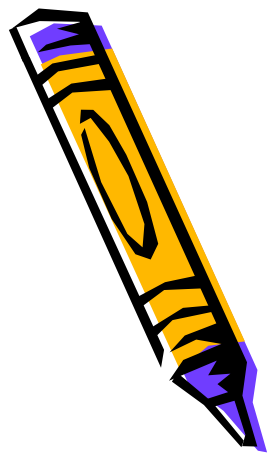


Využití muzikoterapie v paliativní léčbě



Muzikoterapie

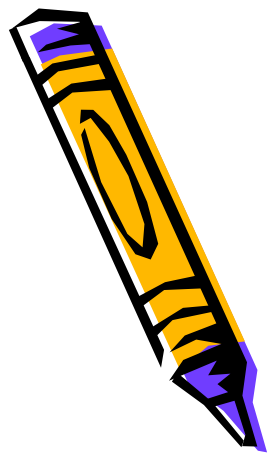
Je expresivní terapeutická disciplína. Je to léčba hudbou a organizovanými zvuky. Využívá alikvotních tónů a nástrojů s přirozený laděním. Má úžasnou schopnost působit hluboce na všechny složky lidské osobnosti na fyzické, mentální, emoční a duchovní úrovni, tedy holisticky, což plyne z podstaty samotné percepce.



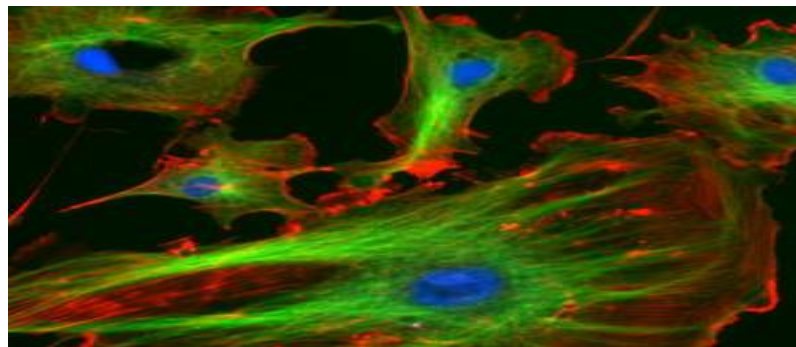
Při působení muzikoterapeutických zvuků v dostatečné časové délce, tj. kolem 10 - 15 minut nepřetržitého toku muzikoterapeutické hudby, dojde v lidském mozku ke změně jeho elektrické aktivity - k indukci alfa vln. Jde o frekvenci v pásmu 7,5 - 13,5 Hz. Ideální je 10 Hz, což je střední hodnota magnetického pole Země. To je frekvence, při níž probíhá harmonizace a synchronizace levé a pravé hemisféry, dochází k efektu „one brain“ (jednotný mozek), relaxované bdělosti s velmi pozitivním terapeutickým efektem (Lubomír Holzer, Svatava Drlíčková, „Celostní muzikoterapie v institucionální výchově“, UPOL 2012.)



Americká společnost pro léčbu bolesti (The American society for Pain Management Nursing) rozděluje bolest na akutní, trvající 0-7 dní (např. bolest hlavy při migrénách), objevuje se cyklicky po určité době, a bolest chronickou (bolesti zad, bolest při nádorových onemocněních apod.).



Bolest můžeme definovat jako nepříznivý senzorický a emoční zážitek, který je úzce spjat s aktuálním, nebo v blízké době hrozícím poškozením celistvosti tkání (Cole, LoBiondo-Wood, 2014, s. 406).



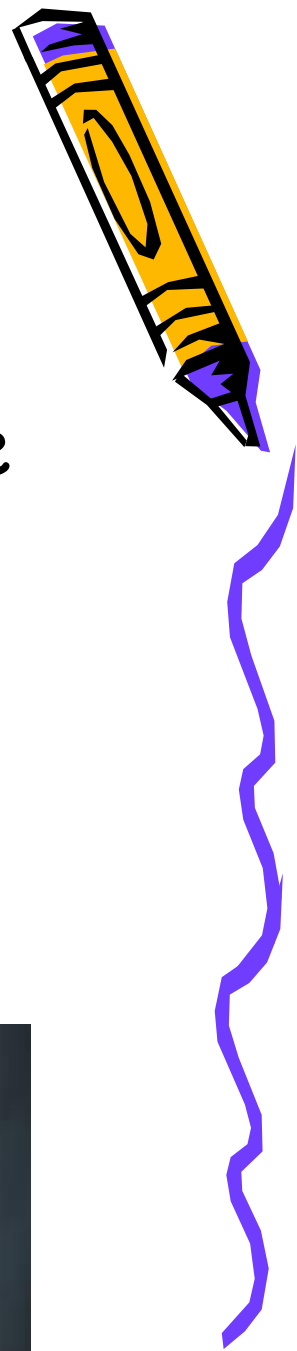


Strach z bolesti se považuje za jednu z největších obav každého jedince, má signalizační funkci problému v organismu, proto je zařazen mezi symptomy (Engwall, Duppils, 2009, s. 370).

Bolest je subjektivní příznak, který je také subjektivně prožíván (Cole, LoBiondo-Wood, 2014, s. 406).

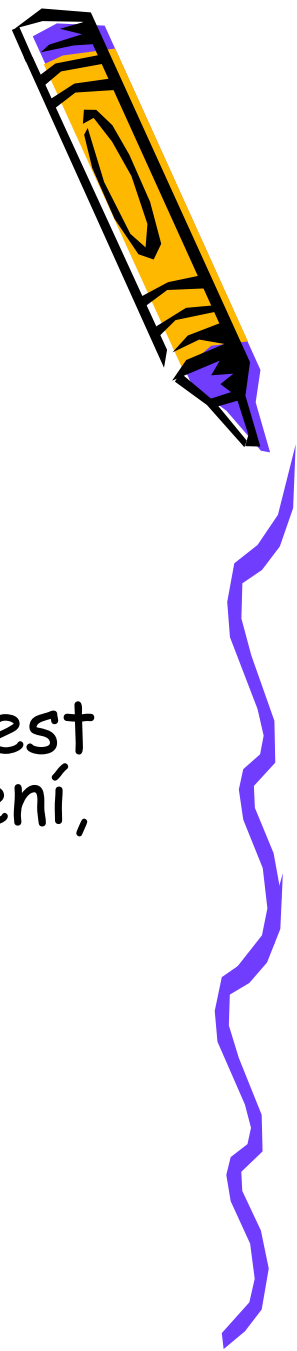


Charakter a intenzita bolesti může být variabilní, a to i během velmi krátké doby. Její vnímání je velice individuální, prožitek je kauzálně spjat s okolnostmi vzniku bolesti a emočním stavem jedince.

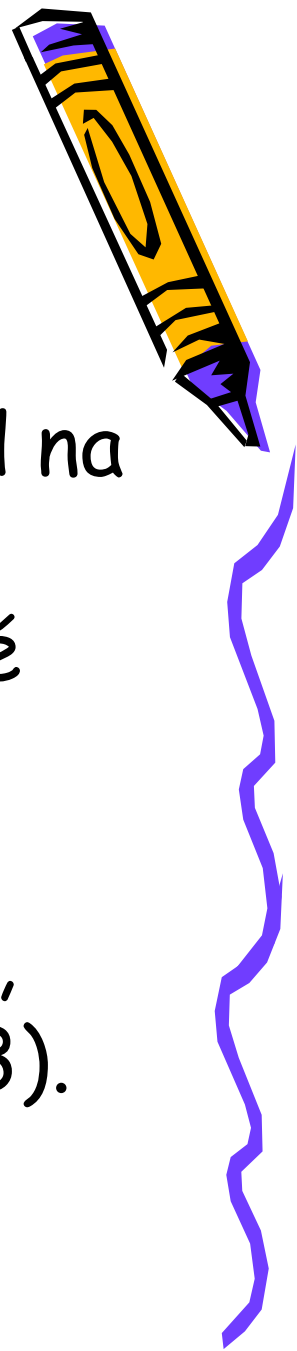


Jedním z oborů, související se vznikem bolesti je chirurgie.

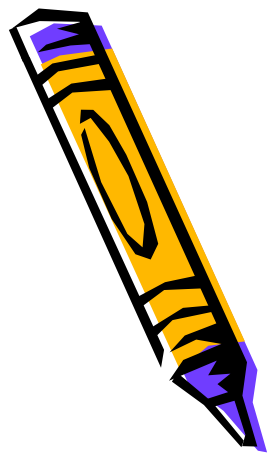
Postoperační bolest je jednou z největších obav pacienta, čekajícího na chirurgický zákrok. Nekontrolovaná bolest přímo ohrožuje a zpomaluje proces hojení, zatěžuje orgány, negativně ovlivňuje zotavení, může vést až k přechodu do chronického stadia a paralelně vyvolat úzkost a depresi.



Jakákoli bolest má negativní dopad na psychiku pacienta, jeho emoce, kvalitu spánku a chuť, což následně vede k dalším komplikacím, prodloužení doby hospitalizace a zvýšení nákladů na léčbu (Lin et al., 2011, s. 960; Whitaker, 2010, s. 53).

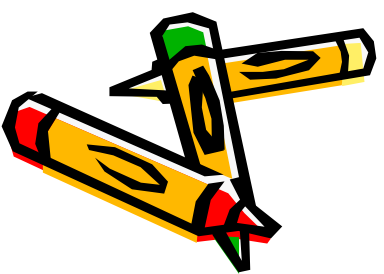


Pozitivní účinek muzikoterapie spočívá nejen ve zmírnění bolesti, ale také redukuje množství užívané medikamentózní analgezie. Tato skutečnost byla potvrzena systematickým přehledem dat od 3936 chirurgických pacientů, nasbíraných během 42 randomizovaných klinických studií.

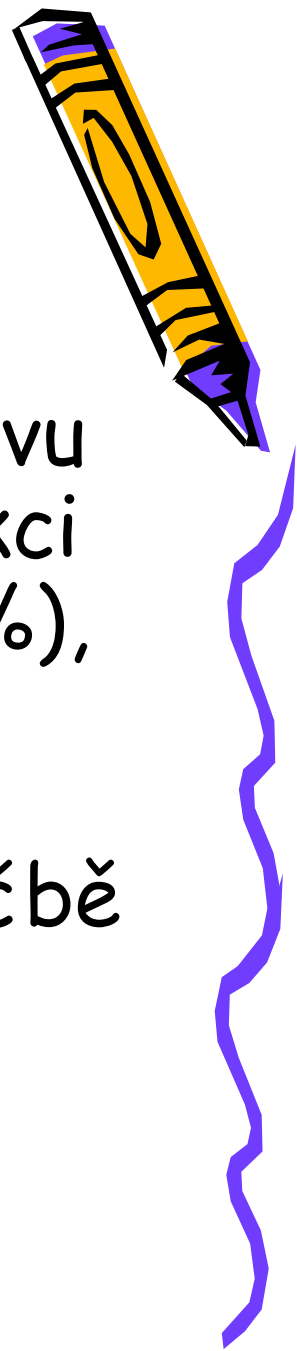


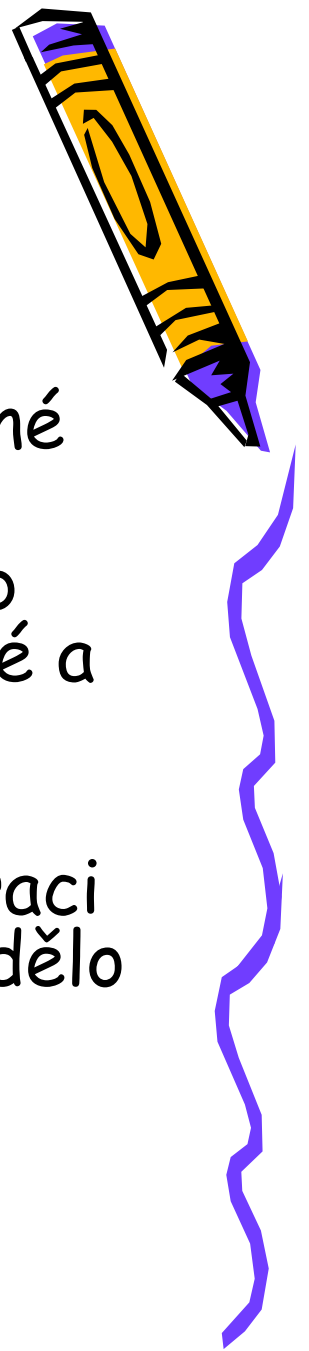


Dané studie se soustředily na široké spektrum výkonů z různých chirurgických oborů, jako například gynekologie, abdominální chirurgie, kardiochirurgie, urologie, ortopedie a další. Výsledná měření zjistila, že muzikoterapie měla signifikantní vliv na pacientovu úzkost (v 50% případů), značně redukovala pooperační bolest (47% případů), snížila nutnost aplikace analgetik (47% případů) a pozitivně ovlivnila krevní tlak, pulz a respirační funkce (27% případů).



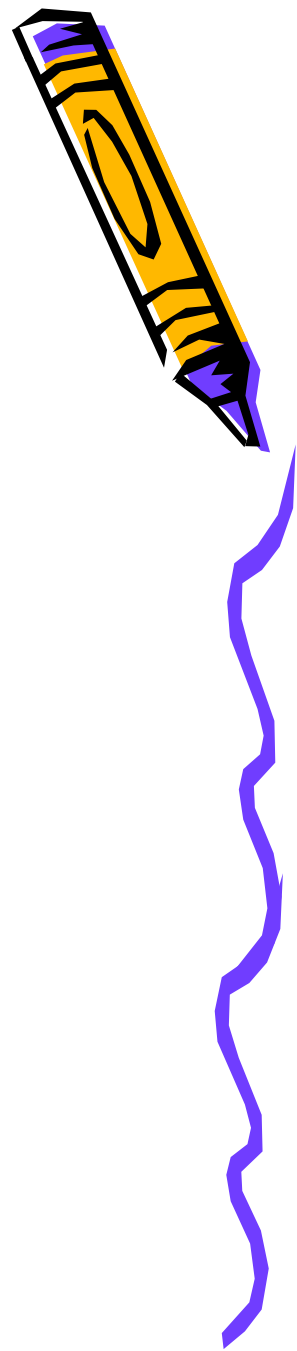
Není bez zajímavosti, že účinek vlivu muzikoterapie na bolest a na redukci analgezie u pacientů je stejná (47%), z čehož vyplývá, že snížení příjmu analgetických přípravků je přímo spojeno s úlevou od bolesti díky léčbě hudbou (Lin et al., 2011, s. 962; Mattei, Rodriguez, 2013, s. 3).





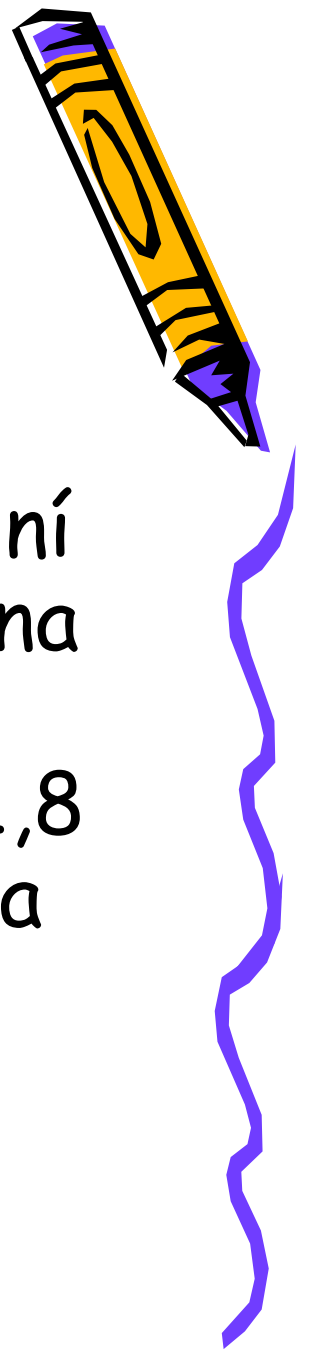
- Další studie byla soustředěna na nemocné po operaci páteře.
- 60 náhodně vybraných zkoumaných osob bylo rozděleno do dvou skupin, zkoumané a kontrolní.
- Intenzita bolesti se hodnotila 4x: před zákrokem, v den operace, 1. den po operaci a 2. den po operaci (hodnocení se provádělo pomocí škály VAS).





- Zkoumané osoby obou skupin měli identický anesteziologický režim a shodnou pooperační analgezií k eliminaci vlivu nežádoucích proměnných. Studie přesvědčivě potvrdila hypotézu kladného vlivu muzikoterapie ve všech čtyřech měřeních.





- V den před operací činila střední hodnota intenzity bolesti u kontrolní skupiny 6,0 ($\pm 2,5$), zkoumaná skupina měla hodnotu jen 2,3 ($\pm 2,3$). V den operace byly hodnoty 4,7 ($\pm 2,1$) a 1,8 ($\pm 2,2$). 1. den po operaci 5,2 ($\pm 1,7$) a 3,0 ($\pm 2,3$). 2. den po operaci 4,4 ($\pm 1,9$) a 1,7 ($\pm 1,5$).



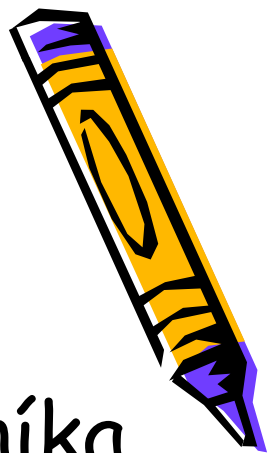


- Z výsledků je patrný velmi významný vliv hudby na zmírnění bolesti před operací ale také na prožívání bolesti po operaci (Lin et al., 2011, s. 962-964).



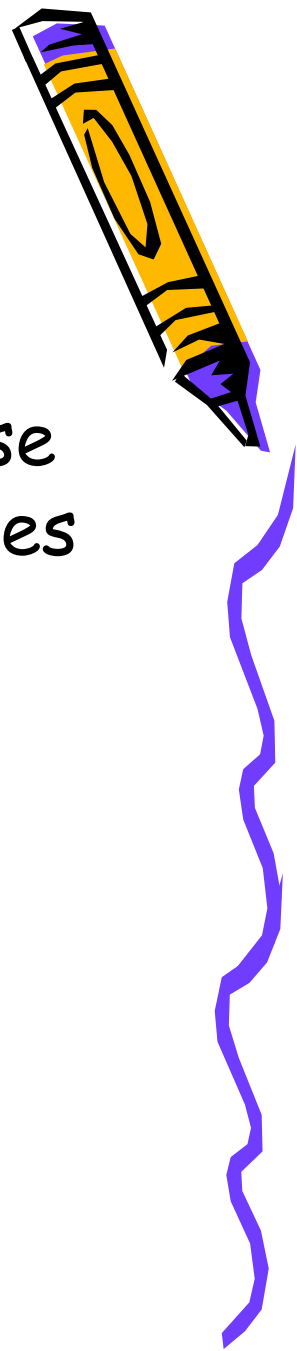
Sound Therapy

Zvuk v rukou vyškoleného odborníka má blahodárné účinky na lidský organismus. Lidská buňka se dokáže naladit na určitou frekvenci vibrací hudebního nástroje a tuto koordinaci vnímat velmi libě a příjemně. Zároveň odklání pozornost od vjemů nepříjemných, jako je například bolest

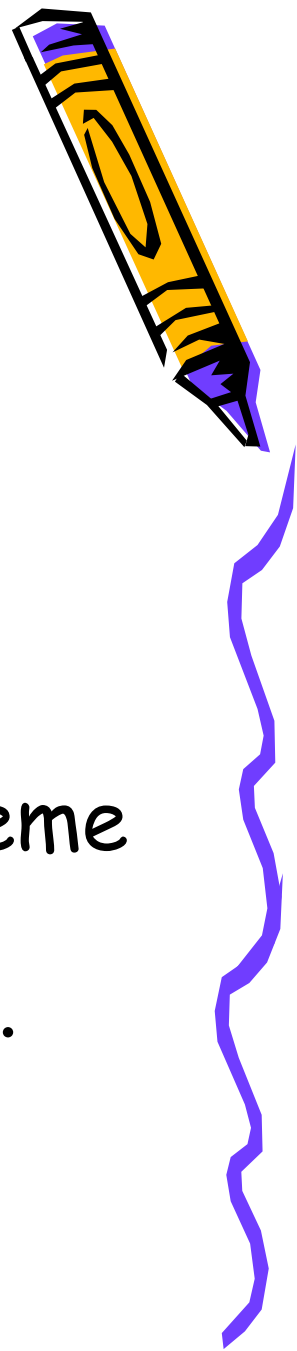


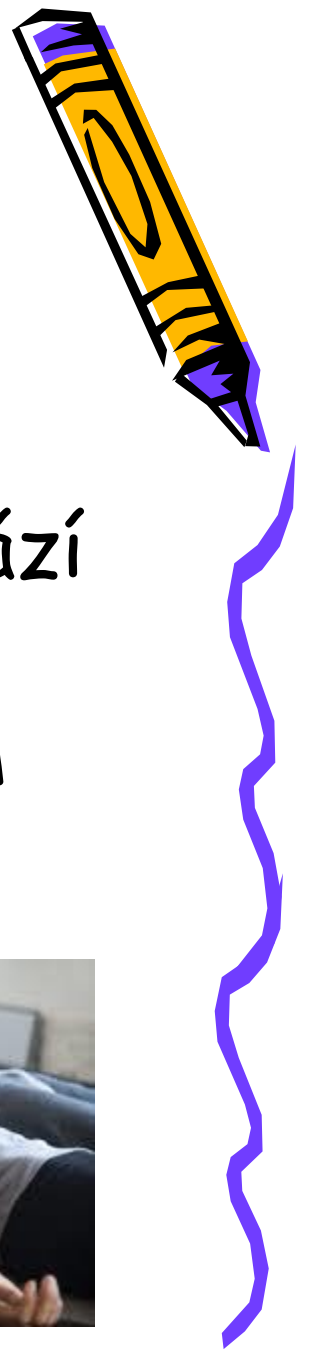
Při pravidelné aplikaci muzikoterapie se člověk postupně noří do relaxace a proces relaxačního učení se dále prohlubuje.

Po jistém čase může relaxace v dlouhodobém profilu přerůst v hlubší formy, jako je meditace, hluboká koncentrace a změněné stavy vědomí.



V této části probíhá zklidnění,
emoční uvolňování, odeznívání
psychických a emočních tenzí,
otevírání emočních bloků, přesun
pozornosti. Na tělesné úrovni můžeme
pozorovat uvolňování svalových
spasmů (Holzer, Drlíčková, 2012, s.
65)





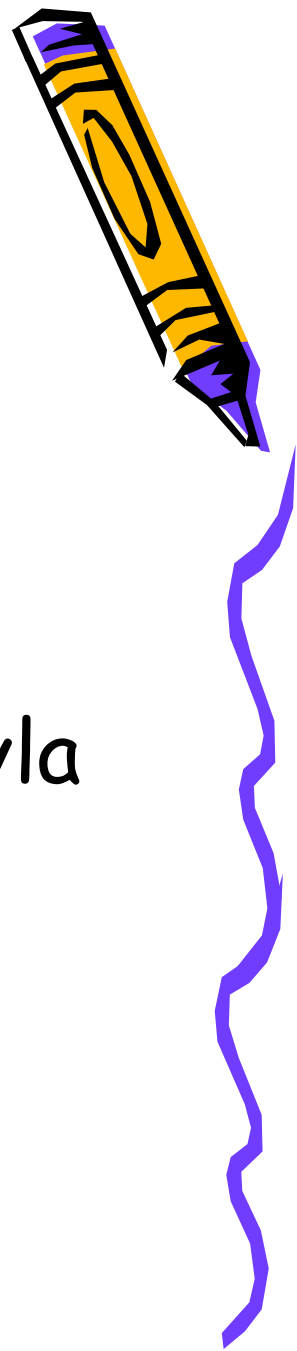
- Probíhá hluboká relaxace, koncentrace a energetizace. Dochází k vylad'ování a harmonizaci všech částí člověka v jejich nedělitelném celku lidské bytosti.





- Rovněž probíhá ztišování kognitivních procesů a vědomého myšlení, lidská mysl se zklidňuje a stává se postupně prázdnou. Člověk je připraven k meditaci a k přechodu do změněných stavů vědomí.





- Odklon pozornosti a útlum všech bolestivých podnětů je přirozenou součástí tohoto procesu, jehož validita vlivu na percepci bolesti byla prokázána řadou studií.



Muzikoterapie jako léčba cílenými audio podněty

je progresivní obor, který se postupně
vyčleňuje jako samostatná vědní disciplína.

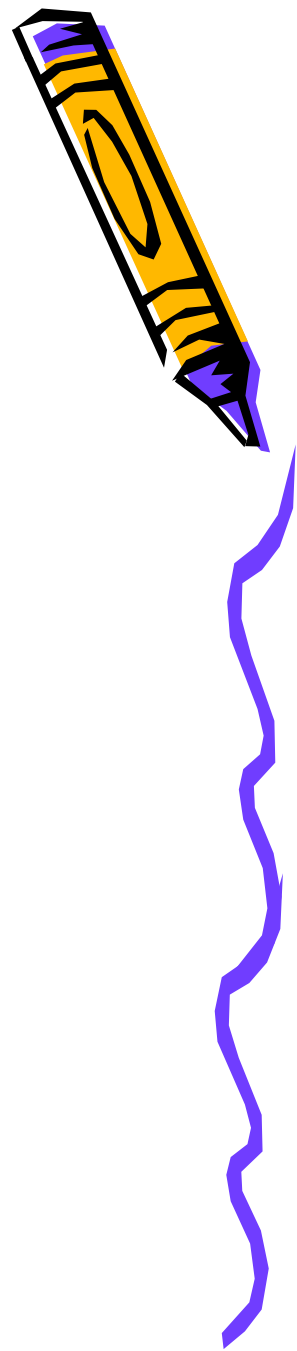
V řadě zemí roste počet jejího využití v
nemocnicích, domovech, ústavech a dalších
institucích.

Její účinek jsme znali odpradávna, ale
teprve nyní jej znovu objevujeme.



Děkuji za pozornost

Bohuslav Petřík, Brno, 19. 1. 2022

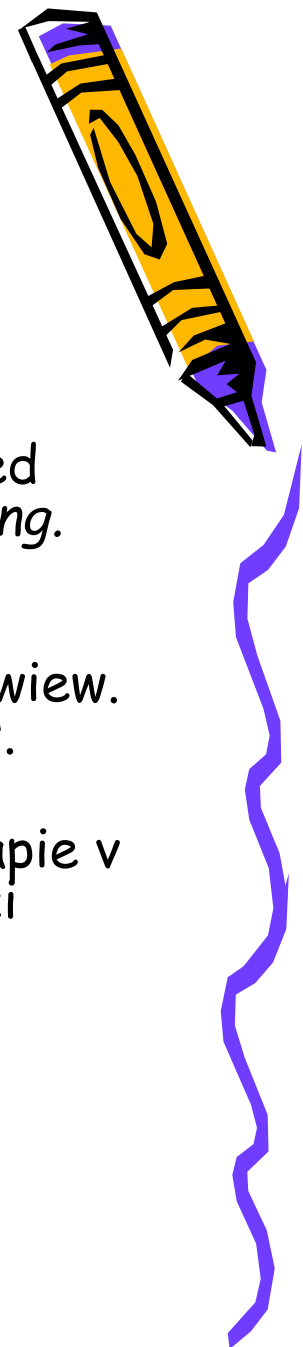


Literatura

Cole Linda, LoBiondo-Wood Geri. Music as an Adjuvant Therapy in Control of Pain and Symptoms in Hospitalized Adults: A Systematics Review. *Pain Management Nursing*. 2014, 15(1), s. 406-425. ISSN 1532-8635

Engwall Margaretha, Dupplis Gill. Music and a Nursing Intervention for Postoperative Pain: A Systematics Review. *Journal of PeriAnesthesia Nursing (GS)*. 2009, 24(6), s. 370-383. ISSN 1532-5396

Holzer Lubomír, Drlíčková Svatava. Celostní muzikoterapie v institucionální výchově. Univerzita Palackého v Olomouci 2012, 236 stran. ISBN 978-80-244-3323-3



Lin Pi-Chu, Lin Man-Ling et al. Music Therapy for Patients Receiving Spine Surgery. *Journal of Clinical Nursing*. 2011, 20, s. 960-968. ISSN 1365-2702

Marek Vlastimil. Hudba jinak. Eminent Praha, 178 stran. ISBN 80-7281-125-8

Mattei Ta, Rodriguez Ah. Music Therapy as an Adjuvant Therapeutic Tool in Medical Practise: an Evidence Based Summary. *OA Evidence-Based Medicine*. 2013, 1(1): 2, s 1. ISSN 2053-2636

Whitaker Mauree. Sounds Soothing: Music Therapy for Postoperative Pain. *Nursing*. 2010, 40(12), s. 53-54. ISSN 1538-8689

