

Musikalsk smertelindring

Fokus på smertelindring

Det er snart 20 år siden, den specialkomponerede MusiCure-musik blev skabt. I dag er musikken anerkendt som et veldokumenteret middel til at lindre, smerter, uro og stress.

Af: Lotte Stig Nørgaard, medlem af helses redaktionsgruppe / Foto: MusiCure

Musik er noget mangeløst noget. Sådan tænker jeg mange gange det døgn, jeg sidder ved min mors dødsleje i december måned sidste år. Jeg synger løs fra Højskolesangbogen, mens jeg af og til klemmer min mors lille, varme hånd. Om hun kan høre mig, ved jeg ikke, men alle jeg sidenhen har fortalt om oplevelsen, betyder, at hun kunne høre mig - og sikkert også har kunnet lide sange. Man skal dog ikke kigge langt for at finde evidens for, at musik og anden lyd faktisk har en målbar effekt på den, der lytter. I hvert fald er den specialkomponerede 'MusiCure'-musik, som artiklen her handler om, udviklet for, at man med denne målbart kan modvirke stress, angst og smerter, samt for at fremme inspiration, motivation og positive oplevelser. For nu bare at nævne et par af fordelene.

Vi skal tilbage til 1998, for at finde MusiCure's oprindelse. Her støder komponist og solooboist fra DR Symfoniorkester, Niels Eje

på professor og overlæge Lars Heslet fra Rigshospitalet. Heslet havde sin helt egen og til tider utraditionelle tilgang til hvad, der virkede helende på patienter. Hans tanker gik ikke i retning af lægemidler og kirurgiske indgreb, men mere i retning af kunst, farver - og musik. Med dette fælles fokus begyndte Niels Eje nu at skabe specialkomponeret musik med naturlyde til intensivpatienter. Efter fem års forskning og videreudvikling blev musikken udgivet på cd i 2003. MusiCure var skabt.

Livsbekræftende ro

Naturens placering i MusiCure er meget vigtig, og faktisk noget af det, der adskiller MusiCure fra såkaldt New Age-musik.

- Hovedinspirationen for skabelse af MusiCure har altid været naturen og den livsbekræftende harmoni og ro, som en vandring i naturen giver. Det er de universelle elementer i musikken og de virtuelle naturoplevelser, som skaber den afstressende og inspirerende tilstand for lytteren, fortæller Niels Eje.

MusiCure musikken har akustiske, klassiske instrumenter i forgrunden, krydret udvalgte steder med en rig variation af autentiske lyde fra naturen.

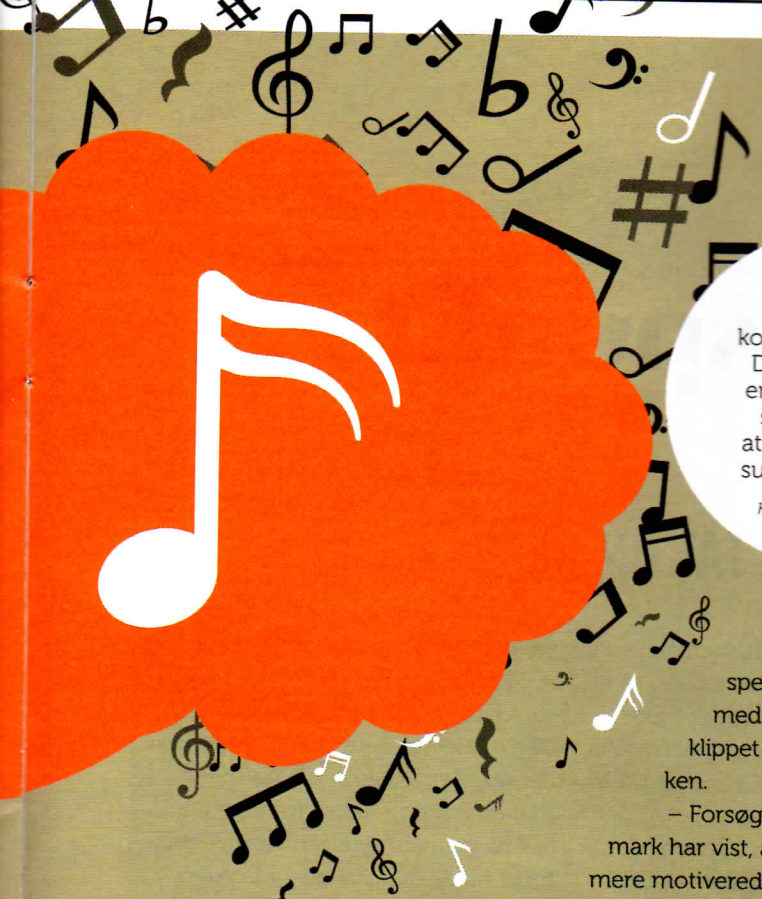
Evidensen og apoteket

Virker MusiCure så? Det korte svar er ja. Effekten er indtil videre blevet dokumenteret i 15 videnskabelige, internationale publikationer, udført af uafhængige forskere fra hele verden - og flere studier er på vej, fortæller cellist og producer Inge Mulvad Eje. Studierne har blandt andet dokumenteret, at MusiCure reducerer angst, anspændthed og uro, og øger produktionen af "fredshormonet" oxytocin i kroppen.

- Fremhæves skal et smertestudie med børn, som dokumenterede en signifikant nedsættelse af forbruget af smertestillende morfin hos børn, som efter dagkirurgi lyttede til musikken. Som et andet eksempel kan nævnes et studie med hjerteopererede patienter, hvor man gennem fysiologiske målinger kunne påvise et signifikant fald i produktionen af stresshormoner (cortisol) hos gruppen, som lyttede til MusiCure, sammenlignet med en kontrolgruppe.

MusiCure forhandles eksklusivt på apotekerne i Danmark, hvor det har været fast sortiment siden 2003.

- Vi vil altid sælge musikken fra apoteker. MusiCure er jo musikmedicin, siger Inge Mulvad Eje.



Landets største komponistforening, DJBFA, har stiftet en tænketank, der skal arbejde for at udbrede musik i sundhedsvæsenet.

Kilde: Kristeligt Dagblad

specialproducerede film med naturscener, som er klippet og redigeret til musikken.

– Forsøg på to sygehuse i Danmark har vist, at de indlagte bliver mere motiverede og optimistiske ved at opleve livsbekræftende natur, fremfor et bombardement af dårlige tv-nyheder, siger Inge Mulvad Eje.

Nye forskningsprojekter

Nye tiltag med MusiCure bliver nu introduceret. En streamingtjeneste med MusiCure-musikken og naturfilmene afprøves på sygehuse i Svendborg og Nyborg. Et stort forskningsprojekt, hvori indgår specielt designet musik, patienternes egen selvvalgte musik samt MusiCure Pudén kører på lunge-medicinsk afdeling på Bispebjerg Hospital, og på Hospitalsenheden Horsens, Anæstesiologisk Afdeling, kører et lignende forskningsprojekt.

Ikke kun patienter og folk, som har svært ved at sove, har glæde af MusiCure. Psykologer i det danske forsvar har også taget initiativ til at bruge musikken forebyggende overfor soldater, udsendt til krisezoner. En anden aktør er Dansk Flygtningehjælp, der med succes anvender MusiCure til traumatiserede flygtninge med søvnbesvær.

Ingen erstatning

Slutteligt kan man overveje om MusiCure kan erstatte berøring, stemmer og medicin? Nej, og det har da heller

Et besøg på et par lokale apoteker, overbeviser da også om musikkens beroligende effekt.

– Vi havde en overgang MusiCure spillende på apoteket, men apotekeren blev nødt til at skrue ned for musikken, da personalet simpelthen blev for afslappede og arbejdede for langsomt, fortæller apoteksfarmaceut Sofie O. Jørgensen, Østerbro Apotek

Mange muligheder

De første år bestod MusiCure af en række cd'er, men nu er sortimentet blevet kraftigt udvidet med flere (14 cd'er i alt), med naturfilm, en MusiCure Pude, samt tjenesten 'Streaming MusiCure'. MusiCure Pudén (en pude med indbyggede højttalere) er udviklet med behandlingsformål for øje, f.eks. til stressbehandling, afspænding, lindring af tinnitus og som et middel mod søvnløshed.

– Hertil kommer hele demensområdet indenfor ældreplejen og psykiatrien, hvor pudén i dag benyttes meget, fortæller Inge Mulvad Eje, der også har optaget og produceret hele serien af MusiCure naturfilm. Via streaming-tjenesten har man adgang til

LIDER DU AF HOVEDPINE/MIGRÆNE?

Kom og få gode råd, der er hjælp at hente!

Torsdag den 20. april kl. 18-19.30
i Frivilligcenter, Sankt Nikolai Gade 5,
6200 Aabenraa

Foredrag v/ Kurt Jürgensen, der vil fortælle om akupunktur og pulserende magnetfeltbehandling. Mulighed for prøvebehandlinger. **Tilmelding:** Senest den 15. april på post@hovedpineforeningen.dk

Tirsdag den 25. april kl. 18-19.30
på Rolfsgade 109, 6700 Esbjerg

Foredrag v/ Karen Kathrine Schmidt, der bruger akupunktur + QiGong. To metoder, der bruges til at styrke kroppen + akupressur. Mulighed for prøvebehandlinger. **Tilmelding:** Senest den 20. april på post@hovedpineforeningen.dk

Hovedpineskolen kommer til Amager:
Lørdag den 1. april kl. 9.30-16.30

Ring på tlf. 70 22 00 52 og forhør om flere ledige pladser!



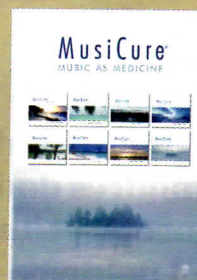
MIGRÆNE & HOVEDPINE
FORENINGEN

FOR MERE INFO SE
WWW.HOVEDPINEFORENINGEN.DK

Begge foredrag er gratis!

926988

aldrig været meningen. Tilbage ved min mors dødsleje kan jeg i hvert fald mærke en stor samhørighed med min døende mor, dels fordi jeg fysisk kan røre hende, dels fordi jeg ved, hun elsker den menneskelige stemme. Det siges, at de sidste to sanser en døende mister, netop er føle- og høresansen. Og intet MusiCure-produkt ville kunne have erstattet farveloplevelsen med min mor, der døde i december måned. •



MusiCure kan modvirke stress og smerte. Kan købes på apoteket.