

MÜZİKLE TEDAVİ

Dr. BEKİR GREBENE Psikiyatrist

Meşguliyetle tedavinin son yıllarda oldukça önem kazanan bir kolu da, ruh hastalıklarının müzikle tedavisi (Music Therapy; Mélotherapie; Musicotherapie) dir. Meşguliyetle tedavinin diğer alanlarında olduğu gibi, müzikle tedavinin de uzun bir geçmişi vardır. Ancak son yıllarda diğer rehabilitasyon alanlarından çok daha fazla önem kazanmış, psikiyatristlerin, psikologların, eğitimcilerin ve diğer hekimlerin dikkatini çekmiş, yepyeni bir araştırma dalı olarak parlamaya başlamıştır.

Müzikle tedavi, bugün Amerika'da ve Avrupa'nın birçok yerinde sadece psikiyatride değil, nöroloji, ortopedi, kadindoğum hastalıkları, genel cerrahi, nöroşirurji, göz hastalıkları ve diş hekimliği gibi tıbbın diğer alanlarında da uygulanmaktadır.

Müzikle tedaviye kliniğe ilk sokmak isteyen kişilerden biri, tanınmış nörolog Philippe Pinel'dir. 1792 de Fransa'da Pinel henüz genç yaşında iken, ihtilâl komitesi tarafından iki büyük kilise hastahanesindeki 50 akıl hastasını güneşe çıkarmak ve ayak zincirlerini kırmak izni verilmişti. İlk defa olarak bu cesurane girişimi yapan Pinel, sonradan Bicetre Hastahanesinde çalışırken de, moral tedavis içine müziğin de sokulmasını teklif etmiştir.

19. yüzyılda müzikle tedavi, Brière de Boismont (1860), Lauren (1870), Chomet (1874) ve sonradan Vinchon (1913) ve Van der Wall (1943), tarafından ileri sürülmüş ve savunulmuştur.

Amerika'da müzikle tedavide ilk adımı atan Dr. Willer Van de Wall'dır. İlk kez 1920 yılında Pensilvannia ve New York eyaletlerinin hastahane ve hapishanelerinde, müziğin insan ruhu üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Wall'a göre

müziğin insan ruhu üzerinde yatıştırıcı ve stimüle edici etkileri vardır.

Van de Wall'dan sonra Lich (1947), Radin (1948), Fery (1951), Zanker ve Glatt (1956), Murineddu (1954) ve Demianowski (1958)'in öncü çalışmaları müzikle tedaviyi bugünkü durumuna getirmiştir.

Lich, müzikle tedaviyi aktif ve pasif olarak iki grupta inceler. Bu yazara göre, müzik hastalarda dikkati artırır, ilgiyi devam ettirir ve davranışı da etkileyerek bir rahatlık sağlar. Radin, müziğin ilkel insanlar üzerinde olumlu etkileri olduğunu belirttikten sonra, onun din adamının bir sembolü olması ve hastalığa yol açan kötü ruhları kontrol etmesinden dolayı, tedavide bir değeri olduğunu söyler.

Zanker ve Glatta göre, müzik bilinç dışına etki ederek, refulmanları — baskıya alınmış düşünceler — dışarı çıkartmakta ve böylece bir çeşit katharsis yapmaktadır.

Murineddu ve Drake de müziği, dikkati toplayıcı bir stimulan ve behaviora yön verici bir oluşum olarak kabul ederler. Müzik ajite hastaları sakinleştirdiği gibi, içine kapanık yaşayan hastaları da uyanık hale getirir. Hastalara müzik dinletmekle, dikkatleri patolojik fikirlerinden uzaklaştırılır. Müzik sayesinde hastanın realite ve çevre ile olan ilgisi artar ve hasta kendisini daha iyi, daha sosyal duymaya başlar.

Frey, müziğin hipnotik olarak etki ederek, ajite hastaları rahatlattığını belirtirken, Polonyalı Damianowski, ruh hastalarının müzikle tedavisinin Pavlov'un kondisyonel refleks teorisine uyarak bir şartlı tedavi olarak kabul eder.

Ancak tüm bu öncü çalışmalara rağmen, müzikle tedavi psikiyatri kliniklerine son 30-35 yılda girebilmiştir.

Altshuler 1947 den beri Michigan Devlet Hastahanesinde müziği tedavi programı içine sokmuştur. Althuler'i 1948 de Ainlay, 1950 de Mann, 1955 de Blair, 1956 da Gillaland, 1957 de Shervin izlemiştir.

Gaerdner ve Paul nevrozlarda, Jaedice klimakterium psikozlarında, Gillis ve Lescelles şizofrenide, Altshuler ve Lucas depresyonda, Kratter Zekâ geriliklerinde, Zanker ve Glatta alkoliklerde ve nevrozlarda müzikle tedavi ile olumlu sonuçlar almışlardır.

Wittkower ve Alexander Offer, tedavi ettikleri bazı nevroz vak'alarında müzik dinlemeği, resim yapma ile birlikte uygulamışlardır, böylelikle yapılan resimlerde yüksek bir orijinalite ve anlatım gücü olduğunu görmüşler ve bu şekilde yapılan resimlerin grup dışında yapılan klişevari resimlerden çok daha ayrıcalıklı olduklarına dikkati çekmişlerdir.

Weis ve Margolin 1953 ve Gutheil 1954, grup psikoterapilerinde müzikten yararlanmışlardır.

Son 10 yıl içinde Oswald (1961), Koh ve Hadlund (1969) şizofrenler üzerinde, Diephouse (1964) ve Scott (1970) çocuk psikiyatrisinde, zonneveldt (1969) nevrozlarda, Nell (1965), Ulrich ve Koffer (1969) grup psikoterapilerinde müzikten yararlanmışlardır.

Anestezistler müziğin çoğu zaman premedikasyon yerine geçtiğini ileri sürmektedirler. Eğer opere olacak hastanın dinlemek istediği parçayı seçmesine izin verilirse, endikasyonu daha sakin bir şekilde karşıladığı, hattâ örofik -neşeli- bir tablo gösterdiği görülmektedir. Özellikle lokal anestezinin uygulandığı cerrahi kolalarında K.B.B. ve göz, v.s. bundan yararlanmak olanağı vardır.

Milwake'li Dr. Henry Veit müziği elektroansefalografiye yardımcı olarak kullanmaktadır. Müzik sınırlı hastanın, bu apereye karşı duyduğu korkuyu yok etmekte ve suni olarak meydana gelen beyin dalgalarını — Artefactları — önlemektedir.

Bir vak'ada uygun seçilen bir müzik parçası ilaç ve psikoterapinin etkisini yapmış ve hastanın tiklerinin kontrol altına alınmasına yardımcı olmuştur.

Operasyon geçirmiş bir hastaya ve yakınları olan diğer bir hastaya rehabilitas-

yon uygulanırken, çalınan tatlı bir müziğin hastanın acılarını azalttığı görülmüştür.

Müziğin tedavi amacıyla uygulandığı diğer bir alanda nörolojidir. Balmer ve Zerbe (1945), Schneider ve Staub (1958), Lathom (1961), Dilson (1961) serebral palside müziğin ve müzikal aktivitenin tedavideki değerine işaret etmişlerdir. Burada müzik isteyerek yapılan hareketleri ve dengeyi kolaylaştırmaktadır. Hasta eğer ayağıyla tempo tutar, şarkı söyler, dans eder veya müzikle oyunlar yaparsa, kendisinde bir şey başarmış olma duygusu uyanmakta, sakinleşmekte ve çevre ile olan ilişkileri bir düzene girmektedir.

Çocuk felcine yakalanmış hastalar hareketlerini koordine etmeyi müzikle öğrenebilmektedirler. Örneğin, polio geçirdikten sonra tekrar piyano çalmak isteyen bir çocuğun ellerini ilk kez tuşlara bastırmak gerekmişti, 4 ay gayret gösterdikten sonra, yardım görmeden çalabilmesi çocuğu dünyanın en mutlu varlığı yapmıştı.

Müzik dilsiz ve kekeme çocuklarda da kelimeler kullanmadan anlaşma olanağını sağlamakta, yersiz hareketleri bir yola sokmakta, hareket yeteneğini arttırmakta ve rasyonel konuşmaya yol açmaktadır.

Amerikalı dış hekimleri hastalarına müzikle tedaviyi uygulamaktadırlar.

Danimarkalı doğum doktorları anestezi yerine veya anestezi ile birlikte müziğin kullanılmasının iyi sonuçlar verdiğini belirtmektedirler. Özellikle sakin melodileri kapsayan klasik müziğin doğum korku ve ağrısını azalttığına, bazı popüler parçalarında hastaya bir güven duygusu vererek onu sakinleştirdiğine, böylece korkusunu giderdiğine değinmektedirler.

Buraya kadar söylediklerimizi özetleyecek olursak, tıpta müzikle tedavi çok eski ve çok kullanılmış bir tedavi yöntemidir. Tedavide bir disiplin unsuru olarak yer almıştır. Çünkü elde edilen sonuçlar, tıbbın diğer alanlarında özellikle psikiyatride sağlanan sonuçlar kadar ampirik ve şaşırtıcıdır. Merkezi Sinir Sistemi üzerindeki kompleks etkileri kesinlikle saptandığı zaman, müzikle tedavi pozitif bir bilim haline gelebilecek, o zamana kadar da birçok pratik yararlar sağlamaya devam edecektir.