

音樂治療於安胎病人之使用

撰文者：中山醫學大學附設醫院產房專科護理師 詹佳樺

音樂治療於近幾年間被廣泛使用於醫療工作中，根據 Dr. Stanley 在 1986 年的研究報告中，提出音樂能幫助病人在心理上接受治療前的準備，並能在治療及恢復的過程中影響病人的心理及生理狀態。其中 Dr. Stanley 更強調音樂能幫助病患對自己的疾病、療育及恢復過程中，獲得更深一層的了解與掌握。臨床研究顯示音樂可影響心臟血管、肌肉放鬆、減輕疼痛指數 (Faucett,1991)。音樂治療在臨床醫療的運用相當廣泛，運用方式亦多元化。音樂治療可分為心理治療(焦慮)的運用、特殊單位(開刀房、產房)的運用。

一、心理治療(焦慮)的運用

音樂能引起人的情緒反應，包括生理與心理的行為反應。產婦進入待產室待產時，通常心中充滿許多不安與焦慮，若陪產家屬增加時，照顧者角色緊張帶給產婦壓力與焦慮，可想而知。節奏強烈的音樂可刺激產婦的運動與肌肉反應；旋律優美愉悅的音樂可幫助焦慮無助的產婦及抑鬱症病患 (吳，1999)。此時身為產房工作人員，可運用音樂與產婦當時狀況給予所需音樂，提供產婦心靈層面支持。

二、特殊單位(OR、DR)的運用

根據研究指出，進入開刀房之前讓病患聆聽安寧的音樂，可以穩定病患的情緒 (吳，1999)，可使病患麻醉藥劑需要量減低。聽音樂可緩和局部麻醉病患在開刀過程中的恐懼及緊張的情緒(可有效將病患的注意力由手術過程中的器械碰觸聲及工作人員間的談話聲，轉移到為病患良身撥放的音樂)。Alvin 指出若播放輕快而充滿希望的音樂，可幫助開刀之後的病患從麻醉狀態復甦過程加速；開刀或生產過程中同時播放音樂，發現病患適用止痛藥的劑量減少 25%。適用於開刀房、產房的音樂多半為通俗的貝多芬【月光奏鳴曲】及華格納【向晚星之歌】，若病患對古典音樂不熟悉，其效果有限 (胡，1998)。

三、音樂治療於產科護理專業上之應用

音樂治療是諸多心理、社會復健領域中，兼具經濟、有效、執行簡單，且及易引發病患興趣與樂於配合的一種治療模式，因此已被廣為應用於護理醫療中。雖然文獻中指出的專業音樂治療師最適合執行音樂治療，但由於專業人員有限，護理人員若能接受音樂治療訓練，能有組織、有系統將音樂治療模式合併於護理

情境中，可使護理專業的獨特功能（Cook,1986）。

在執行音樂治療之前，首先應評估產婦個人的基本資料背景、對音樂的感覺及接受程度、產婦對音樂的偏好等等。產婦在音樂治療的環境中，以安靜且較為隱閉的空間為主，待產室內維持適度的照明，產房工作人員幫助產婦採取舒服的姿勢，產室內的音響設備以藏壁式的喇叭音響、手提音響或隨身聽為主，教導產婦聆聽音樂時加強集中對音樂刺激的注意力，更因避免因實施音樂治療而干擾其他待產婦的權益，建議產婦可使用耳機（Beck,1991）。單位中亦可設置音樂活動室，裝置視聽器材，依產婦產程進展不同，提供更多元化的音樂治療，使產科護理工作更趨於人性化與藝術化（Cook,1986）。

四、音樂治療臨床應用建議

音樂治療於目前治療成效與相關影響在目前已受肯定，在護理臨床方面，建議醫療機構中可成立音樂圖書館、音樂欣賞室，增加配置視聽器材，如：收錄音機、錄放影機、錄影帶或音樂演奏器材等等（李、劉、陳，1999），增加待產婦多元化的音樂選擇性；安排音樂治療相關衛教課程於產前媽媽教室之中，教導孕婦對音樂治療的情境熟悉度增加，如同拉梅茲呼吸法訓練，使產婦待產時聽見自己熟悉的音樂，有效控制產痛來的不適；更可鼓勵產婦攜帶平時最能放鬆情緒的音樂至產房待產。產房工作人員在音樂治療護理訓練之中，亦能針對產婦特性與產程進展規劃音樂工作治療活動，列入的護理活動項目中。產房單位在職教育方面應安排音樂治療相關課程（張，1999），增強工作人員對音樂概念與價值，使產房工作人員在產科工作中發揮護理獨特性功能與護理專業角色。

五、結論

音樂治療如同其它的治療方式，也會有失敗的例子，當產婦產前對音樂的接受度不高或自我情緒控制差的個案，對音樂治療的效果就相對有限（Geden, Lower, Beattie, & Beck, 1989），但唯一不同於其他治療的，音樂治療並沒有副作用。當產房工作人員運用最貼近人類心靈躍動的節拍，藉著優美的旋律，所謂：『音樂有使憤怒的胸膛平靜的魅力』，若能了解音樂的屬性與產婦個人喜好，相信音樂治療必定有其相當療效！

六、音樂療法在產科症狀之適應症

1. 無法面對或退縮症狀（產程進展遲滯、待產時間過長）

◎ 交響曲—第五號『命運』--貝多芬

- ◎ 馬太受難曲—第 47 號『神啊請賜哀憐』--巴哈
- ◎ 橫笛與豎琴的協奏曲—C 大調第二樂章—莫札特
- 2. 疼痛困難（產痛）
 - ◎ 風的細雨—蜜雪兒.魯格朗
 - ◎ 水上音樂—韓德爾
 - ◎ 微風與我—阿尼斯特.雷奇歐那
- 3. 緊張害怕（焦慮）
 - ◎ 惡水上的大橋—保羅.賽門
 - ◎ 親愛的土蘿萊—尼耳.戴亞蒙
 - ◎ 幻想即興曲—蕭邦
 - ◎ 華爾茲『春之聲』--約翰史特勞斯
- 4. 極度身體緊張
 - ◎ 幽默曲—杜博耳薩克
 - ◎ 弦樂四重奏曲—第 77 號『皇帝』第二樂章—海頓

七、參考資料

- 胡雅各（1998）• 音樂治療的理論探討與實施依據，國教輔導（38）3，27-32。
- 黃淑鶴、林佳靜、陳明麗、賴允亮（2001）• 探討音樂治療於癌末病患疼痛對生活影響程度改善之成效• 榮總護