

音樂謎樣的療效

09-20

人腦是記憶的儲藏庫，然而對一位八十五歲的老婦人而言，一生的美好記憶卻都已消逝，「這是什麼地方？你是誰？」她顯然非常困惑。一名年輕男子輕柔地握著她虛弱的手，回答道：「媽，是我，我們在家裡。」

阿茲海默症患者面對的是場孤獨的戰役。他們的問題通常很簡單，但答案卻複雜得多。有時他們甚至不記得自己的名字。儘管此病無法根治，現在卻有種新療法，可為患者帶來一絲希望。

科學家指出，記憶事物最強效也最容易的方法之一，就是透過音樂。人們常由歌曲聯想到朋友、特別事件，當然也包括初吻。聽到合適的歌曲能勾起這些回憶，讓聆聽者一再重溫特別的時刻。正因如此，音樂療法已成為治療阿茲海默症的主要療法之一。

音樂治療師使用幾年前的曲調，希望能勾起患者的相關記憶。比方說，聆聽一首《芝麻街》的老歌，可能使患者突然想起自己的兒孫，因而難得地開懷大笑；更棒的是，一首法蘭克·辛納屈的經典情歌，也可能讓人短暫憶起自己幸福的婚姻。

09-21

早在柏拉圖及亞里斯多德的著作中，便曾提及相信音樂具有療效。但直到二次大戰期間，音樂的正面攻效才開始應用於醫學上。當樂師前往退伍軍人醫院為身心受創的軍人演奏音樂時，醫生很快便注意到他們的病情有所改善。接著，在 1944 年，密西根州立大學首開先例推出音樂治療課程。如今，醫院、療養院及安寧病房內都看得到音樂治療師的蹤影。

在近期一項為期一個月的研究中，治療師讓阿茲海默症患者一週五天，每天聆聽三、四十分鐘音樂以進行觀察。他們發現，影響心智狀態的健康腦部化學物質之含量因而提升，之後並維持了幾週的時間。患者因此變得更活潑、配合度更高，晚上也睡得較安穩。

這項研究結果對中風患者或帕金森氏症患者來說也是個好消息。其中一些患者聽見節奏強烈的音樂時，肌肉會配合節拍開始活動，幾乎就像是在跳舞。同樣地，那些已無法說話的患者，有時甚至奇蹟似地突然哼起歌來。

音樂療法的原理仍是研究人員試圖解開的謎題。儘管無法治癒病人，音樂療法的正面功效絕對是眾所期待的好消息。