

## 音楽と音の本収録

### 音楽と音の本【2014No.6】(HP 収録)

分類：単行本

著者・编者：櫻林仁（監修）

書名：音楽療法研究

副題：第一線からの報告

発行所：音楽之友社

発行年度：1997年5月第2刷

備考：



概要：

本書の構成は次の目次に示すとおりです。

目次

はじめに 櫻林仁

第1章 音楽療法とは 櫻林仁

第2章 音楽の治療的機能 林庸二

第3章 方法と評価 松井紀和

第4章 音楽療法の生理学的研究と心身医学における応用 永田勝太郎

第5章 1/f ゆらぎと音楽療法 渡辺茂夫

第6章 精神病院における音楽療法 村井靖児

第7章 発達障害と音楽療法 松井紀和

第8章 老人性痴呆症患者の音楽療法 田中多聞

第9章 自閉症児とのふれあい 山松質文

第10章 心身障害児に対する音楽療法 遠山文吉

第11章 日本の障害児とノードフ・ロビンズのアプローチ 鈴木はるみ

あとがき 村井靖児

本書の概要は、はじめにと第1章の音楽療法とは、の章に述べられているとおり、音楽療法の第一線の研究者が執筆した音楽療法に関わる基礎的な知見と第6章から第10章に至る章での応用面の実践的な方法論の解説です。

そもそも本書を購入したきっかけは、定年後に興味のオーディオを活かして、仕事にするとするにはおこがましいですが、ボランティアでいいから何かできないかということと読んでみようと思ったことに始まります。しかしながら、素人がちょっと勉強したくらいではついていけない専門分野であることは読み始めてすぐに分かりましたが、第4章の音楽療法の生理学的研究と心身医学における応用や第5章1/fゆらぎと音楽療法の内容は音楽を聴いたり、オーディオの評価に関して非常に参考になるものでした。

少し生理学的研究について具体的な例を挙げて説明いたします。

まず、高血圧群、正常血圧群、低血圧群の3群に分けて音を聴かせ、次のような項目について測定してみた結果を紹介いたします。

(1)血行動態：

収縮期血圧(SBP : mmHg)、拡張血圧(DBP : mmHg)、心拍数(HR : B/min)、1回拍出量(SV : ml)、心係数(1/min/m<sup>2</sup>)、総末梢循環抵抗(SVR : dyne · sec · cm<sup>-5</sup>)

(2)呼吸数(Resp : 回/min)

(3)心電図 R-R 間隔 CV%(CV% : %)

(4)体温(額部)(TEMP : ° C)

そうしますと、例えば、高血圧群では SBP、DBP、HR が下がり、SV は上がるという結果が統計的に有意となりました。低血圧群ではおおむね逆の傾向となり、正常血圧群では顕著な変化はないということのようです。

音楽の生理的な現象として次の図のように皮膚温度や筋電位も調べられています。

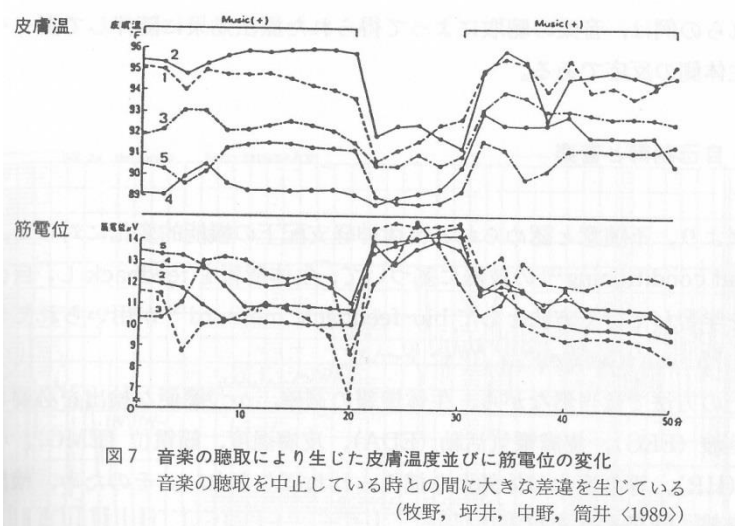


図7 音楽の聴取により生じた皮膚温度並びに筋電位の変化  
音楽の聴取を中止している時との間に大きな差を生じている  
(牧野, 坪井, 中野, 筒井 <1989>)

また、別の実験でも低血圧患者並びに高血圧患者に対する音楽刺激を調べた結果、低血圧に対しては血圧の上昇効果が生じ、高血圧患者に対しては血圧の下降効果が生じることが見出されており、音楽は高血圧患者に対しては精神安定剂的、血管拡張剂的、β-ブロッカー的な効果を示し、低血圧患者では、精神賦活剂的、血管拡張剂的、β-ステイミュラント的な効果を示すことが分かっています。(註：低血圧患者への血管拡張剂的は血管収縮的の間違いではなかろうか。)

こういったいろいろな実験の積み重ねを元に、音楽の治療に関する応用範囲として次のような適用が挙げられています。

1) 機能的な身体疾患に対して；

音楽による、生体の向ホメオスタシス効果・リラクゼーション効果の発動を期待  
本態性高血圧、本態性低血圧、起立性低血圧、血行動態不良症候群、過敏性腸症候群、慢性疼痛（慢性腰痛、慢性頭痛など）、過呼吸症候群、パニック・ディスオーダーなど

2) 器質的な身体疾患に対して；

器質的な疾患に罹患したことから発生した緊張や不安（機能的な病態）に対し、リラクゼーション効果の発動を期待  
心筋梗塞、脳梗塞、癌、ライフスタイル病（糖尿病、動脈硬化症など）、外来での局所麻酔、ペイン・クリニック、放射線科的検査、人工透析など

3) 心理的な疾患に対して；

心身相関を通して、心身に現れた緊張に対し、リラクゼーション効果の発動  
病院や薬局の待合室でのイライラ防止、神経症、うつ反応、燃えつき症候群、テクノストレス、転換ヒステリー、神経症性不眠など

4) 社会的な疾患（社会的状況がストレスになっている疾患）に対して；

その生理的・心理的影響に対して、向ホメオスタシス効果・リラクゼーション効果の発動を期待  
過剰適応、不登校、適応不全など

5) 実存性障害疾患（生きる意味を失ったところに原因がある疾患、実存心身症）に対して；

ミュージック・ライフ・レビュー（音楽を楽しむことのなかから、生きる意味を見出したり、生きてきた意味を再発見する、詳細は後述）などを通して患者の自律性への気づきを高め、患者自身によるセルフ・コントロール法を期待  
癌性疼痛（ターミナル・ケア）のコントロール、悲嘆療法、反射性交感神経性ジストロフィー（RSD）など

以上のようなことから、歯科医の治療の際に、ヘッドフォンでクラシックを聴かせたり、疲れたりストレスを感じたりしたときの音楽の癒し効果が納得されます。