

Alzheimer Hastalarında Müzik Terapinin Etkinliği: Sistematik Derleme

Effectiveness of Music Therapy in Alzheimer Patients: Systematic Review

Neslihan Lök, Kerime Bademli

Öz

İlerleyen yaşla birlikte, Alzheimer hastalığının görülme sıklığı artar. Toplumda görülme sıklığı artıkça, ailelerin yürüttüğü profesyonel olmayan bakım yükü ve ulusal sağlık bakımına getirdiği ekonomik yük de artmakta, bu durum Alzheimer hastalığını önemli bir sorun haline getirmektedir. Müzik terapi Alzheimer hastaları için alternatif bir tedavi yöntemi olabilir. Alzheimer hastalığının özellikle ikinci evresinde amiloid plakların artması ve beynin etkilendiği alanın genişlemesiyle birlikte hastalarda öfke ve saldırganlık görülmeye başlar. Bu dönemde müziğin sakinleştirici etkisinden faydalanmakta yarar vardır. Bu çalışma Alzheimer hastalarına uygulanan müzik terapinin etkilerini belirlemek amacıyla yapılmış bir sistematik derlemedir. Araştırma kapsamına alınan çalışmalar Alzheimer hastalarında müzik terapinin olumlu etkilerini ortaya koyan önemli sonuçlar içermektedir.

Anahtar sözcükler: Alzheimer hastalığı, müzik terapi, sistematik derleme.

Abstract

The incidence of Alzheimer's disease increases with advancing age. This increase cause significant economic and emotional burden on family and national health care system which makes Alzheimer's disease a national issue to be considered. Music therapy could be an alternative treatment approach in Alzheimer's disease. Especially in the second stage of Alzheimer's disease, growth and expansion of amyloid plaques results in anger and aggression among patients. Calming effects of music might be beneficial in management of patients during this period. This study is a systematic review of researches conducted to determine the effects of music therapy in Alzheimer's diseases. In sum results have supported possible positive effects of music therapy on Alzheimer patients.

Key words: Alzheimer's disease, music therapy, systematic review.

ALZHEİMER HASTALIĞI, beynin, öncelikle bellek olmak üzere, tüm bilişsel fonksiyonlarında ilerleyici kayba neden olan, bellek, dil, soyut düşünme, problem çözme, yönelim gibi bilişsel işlevlerde ilerleyici yıkım ile karakterize, sosyal işlevsellik ve entelektüel kapasitede gerileme ile devam eden çok hızlı ilerleyen ve tanı koyulduktan kısa bir süre sonra bireyin giderek bağımlı hale geldiği bir hastalıktır (Spector ve ark. 2001, Spector ve ark. 2003, Guo ve ark. 2012). Ülkemizde tahmini Alzheimer hastası sayısının 250 bin dolayında olduğu öngörülmektedir ve yaşlı popülasyonun artmasıyla bu sayının da artması beklenmektedir (Keskinoğlu ve ark. 2006). İlerleyen yaşla birlikte,

Alzheimer hastalığının görülme sıklığı artar. Hastalığın toplumda görülme sıklığı artıka, ailelerin yürüttüğü profesyonel olmayan bakım yükü ve ulusal sağlık bakımına getirdiği ekonomik yük de artmakta, bu durum Alzheimer hastalığını önemli bir sorun haline getirmektedir (Weuve ve ark. 2015). Hastalığın ilk ve orta evrede bilişsel yetiler tam olarak kaybolmamıştır ve hastaların işlevselliği yapılan farklı uygulamalar ile yeniden kazandırılabilir (Vos ve ark. 2015). Alzheimer hastalığının özellikle ikinci evresinde amiloid plakların artması ve beynin etkilendiği alanın genişlemesiyle birlikte hastalarda öfke ve saldırganlık görülmeye başlar. Bu süreçte hastaları sakinleştirmek bakım veren açısından zordur. Özellikle bu dönemde müziğin sakinleştirici etkisinden faydalanmakta yarar vardır. Müziğin bireylerin psikolojik sağlığı için faydalı sonuçlar doğurduğu bilinmektedir (Santana ve ark. 2015). Bu amaçla özellikle öfke ve psikolojik belirtiler üzerinde olumlu etkisi olduğu tespit edilen müzik türlerinin dinletilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Yaklaşık 2500 yıldır kullanılan bir yöntem olan müzik terapi, geçmişten günümüze birçok medeniyette kullanılmıştır. Anadolu ve eski Antik medeniyetlerinde müzik her türlü erdemin kaynağı sayılarak, ruh eğitimi ve arındırılmasında kullanılmıştır. Müziğin sadece dinleme özelliğinden faydalanılmamış, bununla birlikte iletişim kurma ve psikolojik tedavi için yardımcı araç olarak kullanıldığı anlaşılmaktadır. Bunun sonucu olarak da müzikle tedavi ortaya çıkmıştır (Tanrıöver Başaran 2010).

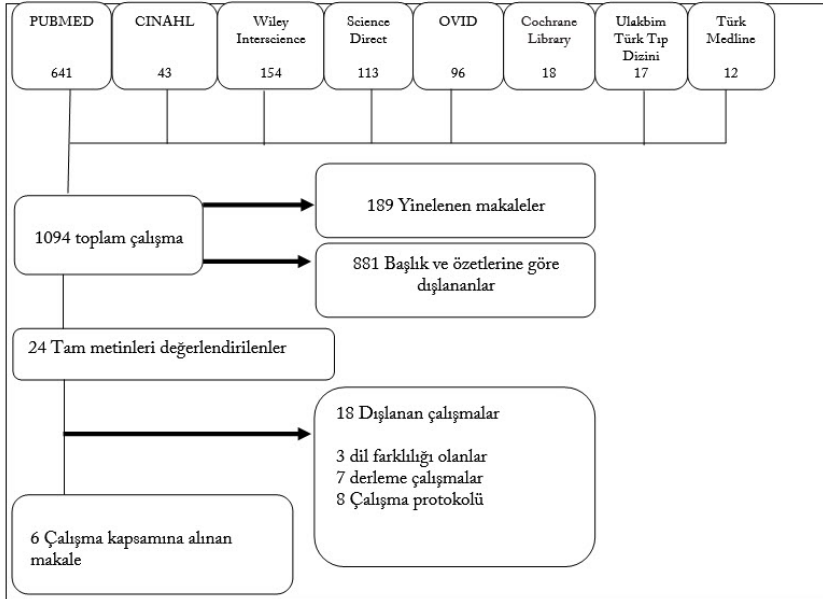
Müzik terapi, bireylerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve zihinsel ihtiyaçlarını karşılamada müziği ve müzik aktivitelerini kullanan bir uzmanlık alanıdır. Müziğin kendine özgü dili, yapısı ve anlatım öğeleriyle insanın duyu ve düşüncelerine etki ettiği düşünülmektedir. En eski tedavi yöntemlerinden olan müzik terapi, bir çok kültürde hastaları tedavi ve rehabilite etmek amacıyla kullanılmıştır. Müzik terapide özellikle ritim ve melodi gibi müzik unsurları tedavi amaçlı kullanılmaktadır. Müzik, Alzheimer hastalarının sinir ve nörolojik sistemine olumlu etkiler yaparak, hastaların duyu ve düşüncelerinde anlamlı tepkilerin ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Yapılan farklı araştırmalarda ise, müziğin ruhsal hastalıkların oluşumunda etkisi olan ve insanın duygusal durumunu düzenleyen serotonin, dopamin, adrenalın, testosteron gibi hormonları olumlu etkilediği; kan basıncı, solunum ritmi gibi fizyolojik işlevleri düzenlediği ve beyindeki oksijen ve kanlanmanın dengesini sağladığı gözlenmiştir (Brotons ve Koger 2000, Karamızrak 2014, Ridder ve Gummesen 2015). Müzik terapi, Alzheimer hastaları için kullanılan ilaç dışı tedavi yöntemlerinden biridir (Vink ve ark. 2004). Bu sistematik inceleme ile Alzheimer hastalarında müzik terapisi ve bu terapinin etkileri değerlendirilmiştir. Bu sistematik derlemeye "Alzheimer hastalarına uygulanan müzik terapisinin etkileri nelerdir?" sorusu ile başlanmıştır.

Yöntem

Bu çalışma Alzheimer hastalarına uygulanan müzik terapinin etkilerini belirlemek amacıyla yapılmış bir sistematik derlemedir. Derleme York Üniversitesi Ulusal Sağlık Araştırmaları Enstitüsü tarafından geliştirilen Centre for Reviews and Dissemination (CRD) 2009 rehberi doğrultusunda yapılmıştır. Literatür taraması, kapsadığı yıllar açısından herhangi bir sınırlama yapılmaksızın, "Pubmed, Cinahl, Wiley Interscience, Science Direct, Ovid, Cochrane, Ulakbim Türk Tıp Dizini, Türk Medline" veri tabanlarında yapılmıştır. Tarama 3'ü İngilizce ve 3'ü Türkçe olmak üzere altı anahtar sözcük kullanılarak Aralık 2015 ve Ocak 2016 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Taramada, "Alzheimer patients and music therapy", "Alzheimer and music therapy" dementia and

music therapy"; "Alzheimer hastaları ve müzik terapi", Alzheimer ve müzik terapi", demans ve müzik terapi" anahtar sözcükleri kullanılmıştır.

Bu sistematik derlemenin katma kriterleri; Alzheimer hastalarına müzik terapi uygulanarak uygulanarak yapılmış, randomize, deneysel, yarı deneysel ve vaka-kontrol araştırmalar, dışlama kriterleri ise; derlemeler, kalitatif ve tanımlayıcı araştırmalar olarak belirlenmiştir. Tarama sonucunda toplam 1094 (Pubmed: 641, CINAHL: 43, Wiley Interscience: 154, Sciencedirect:113, Ovid: 96, Cochrane Library: 18, Ulakbim Türk Tıp Dizini: 17, Türk Medline: 12) çalışmaya ulaşılmıştır. Kriterler doğrultusunda yapılan elemeler sonunda araştırma kapsamına altı çalışma alınmıştır (Şekil 1).



Şekil 1. PRISMA akış şeması (Moher ve ark. 2009)

Bulgular

Bu sistematik derlemede araştırma kriterlerine göre seçilmiş altı araştırma makalesi incelenmiştir. Çalışmalardan elde edilen bulgular "Örneklem Özellikleri, Kullanılan Ölçüm Araçları, Uygulama Özellikleri ve Elde edilen Sonuçlar" başlıkları altında gruplandırılarak sunulmuştur (Tablo1).

Örneklem Özellikleri

Derlemeye dahil edilen araştırmaların 1993 ve 2014 yılları arasında yapıldığı görülmüştür. İncelemeye alınan çalışmaların örneklemini erken, orta ve ileri evre Alzheimer hastaları oluşturmuştur. Araştırmalarda örneklem sayısının en az 20 (Suzuki ve ark. 2004), en fazla 76 (Svansdottir ve ark. 2006) olduğu saptanmıştır. Derlemeye alınan çalışmaların dört tanesi yarı deneysel çalışma, bir tanesi randomize kontrollü ve diğeri de vaka kontrol araştırmasıdır.

Tablo 1. Değerlendirilen araştırmaların özellikleri

Makale	Türü	Örneklem Özellikleri	Kullanılan Ölçüm Araçları	Uygulama Özellikleri	Elde edilen sonuçlar
Groene (1993)	Yarı deneysel araştırma	60 Alzheimer hastası Müzik terapi (MT) grubu: 30 Kontrol: 30	Mini Mental Test Pittsburgh Uyku Bozuklukları İndeksi	Müzik terapi yedi seans olarak haftada iki gün 50 dakika uygulanmıştır.	Müzik terapi grubu hastaların, hastaların oturma sürelerinde artış olmuştur. Müzik terapi grubu hastaların ajitasyonları azalmıştır. Müzik terapi grubu hastaların, bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuştur. Müzik terapi grubu hastaların, uyku süreleri uzamış ve daha kaliteli uyku yaşamışlardır.
Suzuki ve ark. (2004)	Yarı deneysel araştırma	20 orta evre Alzheimer hastası Müzik terapi grubu: 10 Kontrol grubu: 10	Mini mental test Nöropsikiyatrik Envanter Davranış Değerlendirme Ölçeği	Müzik terapi 8 hafta toplam 26 seans şeklinde 50 dakika uygulanmıştır.	Müzik terapi grubu hastaların bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuştur. Müzik terapi grubu hastaların Ajitasyon, anksiyete, apati ve sinirlilik düzeylerinde azalma olmuştur. Müzik terapi grubu hastaların davranışsal belirtilerde iyileşme olmuştur.
Svansdotter ve ark. (2006)	Vaka-kontrol araştırması	76 orta ve ileri evre Alzheimer hastası Müzik terapi (MT) grubu: 38 Kontrol grubu: 38	Alzheimer Hastalığı Değerlendirme Ölçeği Mini Mental Test	Müzik terapi grubuna; 6 hafta haftada 4 gün 50 dakika Müzik terapi oturumları yapılmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir girişim yapılmamıştır.	Deneş grubunda müzik terapi sonunda saldırganlık ve anksiyete düzeylerinde azalma olmuştur. Uygulama sırasında ve sonrasında bireylerin kendilerini iyi hissettikleri ve kısa süreli bellekteki bilgileri korumada ve uzun süreli belleğe aktarmada başarılı oldukları bulunmuştur.
Raglio ve ark. (2008)	Kontrol gruplu deneysel araştırma	59 orta ve ileri evre Alzheimer tipi demans hastası Müzik terapi grubu: 29 Kontrol	Mini Mental Test Barthel İndeksi Nöropsikiyatrik Envanter	Müzik terapi (MT) grubuna; 20 hafta haftada 2 gün 50 dakika Müzik terapi oturumları yapılmıştır. Müzik terapi ile	MT grubunda; hezeyanlar, ajitasyon, anksiyete, apati, sinirlilik, anormal motor aktivite ve uyku bozuklukları azalmıştır. MT grubunun empatik ilişki ve yaklaşım düzeylerinde artış olmuştur. MT grubunda bilişsel işlevlerde iyileşme olmuştur.

		gubu: 30		hastalara belli tonlarda sesler dinletilmiş ve ardından hastaların vurmali bir aletle o dinlediği sesi taklit etmesi istenmiştir. Kontrol grubuna herhangi bir girişim yapılmamıştır.	
Guetin ve ark. (2009)	Randomeze kontrollü, tek kör	30 hafif ve orta evre Alzheimer tipi demans hastaları Deney grubu: 15 Kontrol grubu:15	Hamilton Depresyon Ölçeği Geriatrik Depresyon Ölçeği	Deney grubuna; 24 hafta haftada üç gün iki saat müzik dinletilmiştir. Müzikler hasta grubu ile birlikte seçilmiştir. Kontrol grubuna; Okuma seansları yapılmıştır.	0, 1, 4, 8, 16 ve 24. haftalarda ölçüm yapılmıştır. Deney grubunda; 16 ve 24. haftalarda hastalarda iyileşmeler olmuştur. Anksiyete ve depresyon belirtilerinde azalmalar olmuştur
Han ve ark. (2014)	Yarı deneysel çalışma	50 hafif evre Alzheimer hastası Deney: 25 Kontrol 25	Mini mental test Beck Anksiyete Ölçeği Geriatrik depresyon ölçeği	Müzik terapi sekiz hafta boyunca haftada iki kez 16 seans uygulanmıştır. Seanslar 50 dakika sürmüştür.	Müzik terapi sonrası hastaların depresyon ve anksiyete düzeylerinde azalma olmuştur. Müzik terapi grubunun bilişsel işlevlerinde iyileşme görülmüştür.

Kullanılan Ölçüm Araçları

Derlemeye dahil edilen araştırmalarda Alzheimer tipi demans hastalarında Müzik terapinin etkinliğini değerlendirebilecek ölçüm araçları kullanılmıştır. Gueti ve arkadaşları (2009) Hamilton depresyon ölçeği ve geriatrik depresyon ölçeğini; Raglio ve arkadaşları (2008) mini mental test ve nöropsikiyatri envanteri; Svansdottir ve arkadaşları (2006) Alzheimer hastalığı değerlendirme ölçeği ve mini mental test; Suzuki ve arkadaşları (2004) mini mental test, nöropsikiyatri envanteri; Groene (1993) mini mental test ve Pittsburgh uyku bozuklukları indeksi; Han ve arkadaşları (2014) mini mental test, Beck anksiyete ölçeği ve geriatrik depresyon ölçeği kullanmıştır.

Uygulama Özellikleri

Araştırma kapsamına alınan tüm çalışmalarda deney grubunda yer alan Alzheimer hastalarına farklı içeriklerde müzik terapisi uygulanmıştır. Guetin ve arkadaşları (2009) çalışmalarında Deney grubuna; 24 hafta haftada üç gün iki saat müzik dinletilmiştir. Müzikler hasta grubu ile birlikte seçilmiştir. Kontrol grubuna; okuma seansları yapılmıştır. 0, 1, 4, 8, 16 ve 24. haftalarda ölçüm yapılmıştır. Raglio ve arkadaşları (2008) çalışmalarında müzik terapi grubuna; 20 hafta müzik terapi oturumları yapmıştır. Müzik terapi ile hastalara belli tonlarda sesler dinletilmiş ve ardından hastaların vurmali bir aletle o dinlediği sesi taklit etmesi istenmiştir. Kontrol grubuna herhangi bir girişim

yapılmamıştır. Svansdottir ve arkadaşları (2006) çalışmalarında müzik terapi grubuna; altı hafta boyunca farklı makamlarda Müzik terapi oturumları yapılmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir girişim yapılmamıştır. Groene (1993) çalışmasında hastaların ritim duygularını ortaya çıkarmaya yardımcı yavaştan hareketliye çeşitli müzikler dinletilmiş ve müzik terapi oturumları yedi seans olarak iki hafta uygulanmıştır. Han ve arkadaşları (2014) çalışmalarında hastalarla birlikte belirledikleri şarkıları önce dinletip sonra onlardan bir temsilci seçerek şarkıyı gruba söyletmiştir. Her oturumda aynı şarkılar dinletilip, hastaların eşlik etmelerine fırsat verilmiştir. Müzik terapi sekiz hafta boyunca haftada iki kez 16 seans uygulanmıştır. Seanslar 50 dakika sürmüştür.

Eldede Edilen Sonuçlar

Guetin ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan çalışmada, deney grubunda 16 ve 24 haftalarda hastalarda iyileşmeler olmuştur. Hastaların anksiyete ve depresyona ilişkin belirlerinde azalmalar olmuştur. Uygulanan müzik terapi etkisini 8 hafta boyunca korunmuştur. Uygulama sırasında ve sonrasında bireylerin kendilerini iyi hissettikleri ve kısa süreli bellekteki bilgileri korumada ve uzun süreli belleğe aktarmada başarılı oldukları bulunmuştur

Raglio ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan çalışmada, müzik terapi grubunda; hezeyanlar, ajitasyon, anksiyete, apati, sinirlilik, anormal motor aktivite ve uyku bozuklukları azalmıştır. Müzik terapi seansından çıkan hastaların akşam ve geceyi daha sakin geçirdiği ve bakım verenlerinde daha rahat, sakin ve keyifli oldukları görülmüştür. Müzik terapi grubunun empatik ilişki ve yaklaşım düzeylerinde artış olmuştur. Müzik terapi grubunun bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuştur.

Svansdottir ve arkadaşları (2006) tarafından çalışmada, Deney grubunda müzik terapi sonunda saldırganlık ve anksiyete düzeylerinde azalma olmuştur. Uygulama sırasında ve sonrasında bireylerin kendilerini iyi hissettikleri ve kısa süreli bellekteki bilgileri korumada ve uzun süreli belleğe aktarmada başarılı oldukları bulunmuştur.

Suzuki ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan çalışmada, Hastaların bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuştur. Ajitasyon, anksiyete, apati ve sinirlilik düzeylerinde azalma olmuştur. Davranışsal belirtilerde iyileşme olmuştur. müzik terapinin hastalardaki gezinme davranışını ve bakım verenlerde de bakım yükünü azalttığı belirtilmiştir.

Groene (1993) tarafından çalışmada, Hastaların oturma sürelerinde artış olmuştur. Ajitasyonları azalmıştır. Bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuştur. Uyku süreleri uzamış ve daha kaliteli uyku yaşamışlardır. Müzik terapi seanslarına katılan hastaların daha uyumlu davranışlar sergiledikleri (ilacı alma, yemek yeme, banyo yapma, giysilerini değiştirme) ve bu durumun ise bakım yükünü azalttığı ve işleri kolaylaştırdığı belirtilmiştir.

Han ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan çalışmada, Müzik terapi sonrası hastaların depresyon ve anksiyete düzeylerinde azalma olmuştur. İlk evredeki hastalara müzik programı uygulanmış ve hastaların sosyal ve duygusal uyumlarının arttığı, melatonin hormonunun da artış ile birlikte hastalarda gevşeme, rahatlama ve mutluluk seviyesinde artış olduğu gözlenmiştir. Müzik terapi grubunun bilişsel işlevlerinde iyileşme görülmüştür.

Tartışma

Bu sistematik derlemede "Alzheimer hastalarına uygulanan "Müzik Terapi"nin etkinliği nelerdir?" sorusuna yanıt aranmıştır. Araştırma kapsamına Alzheimer hastalarında

müzik terapinin etkinliğini değerlendiren altı çalışma alınmıştır. Derlemeye dahil edilen çalışmalarda müzik terapi, müzik terapistleri, hemşireler, psikologlar ve doktorlar tarafından yürütülmüştür. Eğitim amaçlı ya da tedavi amaçlı kullanılan, müzik terapinin bireyler üzerinde olumlu sonuçları olduğu görülmüştür. Müzik terapi, birey ya da grupların fizyolojik, emosyonel, sosyal ve bilişsel gereksinimlerini karşılamak için ihtiyaç duyduğu kişilerarası iletişim, güven, öğrenme, kendini ifade edebilme ve diğer ilgili terapötik öğeleri geliştirmek ve artırmak için müziğin ve müzikal elemanların müzik eğitmeni terapistler tarafından kurgulanarak kullanılması" olarak tanımlanmaktadır (Rodriguez ve ark. 2015). Bu nedenle müzik terapi uygulamasının eğitimini almış terapistler tarafından verilmesi daha uygun olduğu anlaşılrsa da; farklı bir kaynaktan ise, "farklı disiplinleri barındıran ve bu disiplinleri bütüncü şekilde kullanan, bireylerin ihtiyaçlarına uygun, gerekli düzenlemeleri yapabilmeye uygun; her bireyin kendini yeterliği ve gereksinimleri doğrultusunda ifade ettiği bir müzik ve hareket eğitimi yaklaşımıyla yürütülürse etkili sonuçlara ulaşılabilir" denmektedir (Chang ve ark. 2015). Buradan yola çıkarak, Alzheimer hastalarında olumlu etkileri olan müzik terapinin, eğitimini almak koşulu ile müzik eğitmenleri dışındaki profesyoneller tarafından da uygulanabileceği sonucu çıkmaktadır.

Guetin ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan çalışmada, deney grubunda; 16 ve 24. haftalarda hastalarda iyileşmeler olmuştur. Hastaların anksiyete ve depresyon belirtilerinde azalmalar olmuştur. Uygulanan müzik terapinin etkinliğinin 8 hafta boyunca korunduğu görülmüştür. Benzer şekilde Lipe (2015) çalışmasında, müzik terapinin künt affekt, konuşma bozuklukları, anhedoni gibi negatif semptomlarda düzelmeye, artan konuşma miktarı, sosyal izolasyon ve dış uyaranlara olan ilgi gibi sosyal semptomlarda da iyileşme sağladığını belirtmiştir.

Raglio ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan çalışmada, müzik Terapi grubunda; hezeyanlar, ajitasyon, anksiyete, apati, sinirlilik, anormal motor aktivite ve uyku bozuklukları azalmıştır. Müzik terapi seansından çıkan hastaların akşam ve geceyi daha sakin geçirdiği ve bakım verenlerinde daha rahat, sakin ve keyifli oldukları görülmüştür. Müzik Terapi grubunun empatik ilişki ve yaklaşım düzeylerinde artış olmuştur. Müzik Terapi grubunun bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuştur. Müzik terapi Alzheimer hastalarının bilişsel işlevlerini artırarak, iletişim, uyku ve davranışlarında olumluluk sağlamaktadır (Ferrer 2015).

Svansdottir ve arkadaşları (2006) tarafından yapılan çalışmada, deney grubunda müzik terapi sonunda saldırganlık ve anksiyete düzeylerinde azalma olmuştur. Uygulama sırasında ve sonrasında bireylerin kendilerini iyi hissettikleri ve kısa süreli bellekteki bilgileri korumada ve uzun süreli belleğe aktarmada başarılı oldukları bulunmuştur. Alzheimer hastalarında zamanla gelişen ajitasyon, öfke, saldırganlık, beynin sağ hemisferi ile ilgili olan hissetme, imgeleme ve rüyalar gibi işlevler müzikle aktive edilebilmektedir (Verner ve ark. 2015).

Suzuki ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan çalışmada, hastaların bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuştur. Bununla birlikte, ajitasyon, anksiyete, apati ve sinirlilik düzeylerinde de düzelmeler olmuştur. Davranışsal belirtilerde iyileşme olmuştur. Müzik terapinin hastalardaki gezinme davranışını ve bakım verenlerde de bakım yükünü azalttığı belirtilmiştir. Müzik terapi konuşarak geliştirilemeyen ilişkilerde ilişki kurmaya yardımcı olmaktadır. Müzik akıl, vücut ve ruh arasında bir denge oluşturmaktadır.

Yapılan bir çok çalışmada, ses ve müziğin ağrı duygusu ve anksiyete hali üzerinde olumlu değişikliklere yol açtığını gösterilmiştir (Karamızrak 2014, Ferrer 2015).

Greene (1993) tarafından çalışmada, müzik terapi oturumlarına katılan hastaların oturumlar sonunda, sakin geçirdikleri sürenin uzadığı ve ajitasyonlarının azaldığı belirtilmiştir. Ayrıca bilişsel işlevlerinde iyileşme olmuş, uyku süreleri uzayarak daha kaliteli uyku sürmeleri sağlanmıştır. Benzer şekilde, Verner ve arkadaşları (2015) çalışmasında, Müzik terapi seanslarına katılan hastaların daha uyumlu davranışlar sergiledikleri (ilacı alma, yemek yeme, banyo yapma, giysilerini değiştirme) ve bu durumun ise bakım yükünü azalttığı ve işleri kolaylaştırdığı belirtilmiştir. Müzik, dikkatin odaklaştırılması ve sürdürülmesine yardımcı olmakta, bellek, dikkat, anlamlandırma ve hedefe yönelme gibi bilişsel işlevlerde artış sağlamaktadır (Clair 2016).

Han ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan çalışmada, Müzik terapi sonrası hastaların depresyon ve anksiyete düzeylerinde azalma olmuştur. İlk evredeki hastalara Müzik terapi programı uygulanmış ve hastaların sosyal ve duygusal uyumlarının arttığı, melatonin hormonunun da artış ile birlikte hastalarda gevşeme, rahatlama ve mutluluk seviyesinde artış olduğu gözlemlenmiştir. Müzik terapi grubunun bilişsel işlevlerinde iyileşme görülmüştür. Ferrer (2015) çalışmasında, terapötik amaçlı kullanılan müziğin, endorfin salgısını ve olumlu duyguları artırarak, korkuyu ve kaygıyı azalttığı; kalp ritmini düzenlediği, kan basıncını düşürdüğü, terlemeyi azalttığı, kasları gevşettiği ve hiperaktiviteyi azalttığını bildirmiştir. Ayrıca müziğin hastaların hareket reflekslerini olumlu yönde uyarak uyumlu hareket etmesini sağlamaktadır (Ferrer 2015). Müzik, konuşmanın bozulduğu durumlarda konuşmanın akıcılığını ve anlaşılabilirliğini düzeltmede etkili olmaktadır (Verner ve ark. 2015).

Sonuç

Müzik terapinin Alzheimer hastalarında hem ruhsal hem de fizyolojik olarak etkisi uzun yıllardır kabul görmektedir. Sistematik derlemeye dahil edilen çalışma sonuçları da bu görüşü doğrulamaktadır. Araştırma kapsamına alınan çalışmalar Alzheimer hastalarında müzik terapinin olumlu etkilerini ortaya koyan önemli sonuçlar içermektedir. Sonuç olarak, değerlendirmeye alınan tüm çalışmaların kanıt değeri yüksek araştırmalar olduğu görülmüştür. Ancak konu ile ilgili çalışmaların henüz az olduğu ve daha fazla randomize kontrollü çalışmalara gereksinim olduğu ortaya çıkmıştır. Alzheimer hastaları ile çalışan hemşirelerde, Alzheimer hastalığının olumsuz etkilerini azaltmak için müzik terapinin uygulayabilecek ortamlar yaratması ve uygulayıcı olabilecek eğitimi alabilmeleri konusunda farkındalık geliştirilmesi, Müzik terapinin planlanması ve uygulanmasında psikiyatri hemşirelerinin aktif olarak yer alması önerilmektedir.

Kaynaklar

- Brotons M, Koger SM (2000) The impact of music therapy on language functioning in dementia. *J Music Ther*, 37:183-195.
- Chang YS, Chu H, Yang CY, Tsai JC, Chung MH, Liao YM et al. (2015) The efficacy of music therapy for people with dementia: a meta - analysis of randomised controlled trials. *J Clin Nurs*, 24:3425-3440.
- Clair AA (2016) Music therapy for people who have Alzheimer's. In the *Oxford Handbook of Music Therapy* (Ed J Edwards):384-404. Oxford, Oxford University Press.
- Clare L, Woods RT, Moniz Cook ED, Orrell M, Spector A (2003) Cognitive rehabilitation and cognitive training for early-stage Alzheimer's disease and vascular dementia. *Cochrane Database Syst Rev*, 4:CD003260.
- Ferrer AJ (2015) Music therapy: bettering lives one note at a time. In *Creativity and Innovation Among Science and Art* (Ed C Chrayton):53-69. London, Springer.

- Groene RW (1993) Effectiveness of music therapy 1:1 intervention with individuals having senile dementia of the Alzheimer's type. *J Music Ther*, 30:138-157.
- Guetin S, Portet F, Picot MC, Pomié C, Messaoudi M, Djabelkir L et al. (2009) Effect of music therapy on anxiety and depression in patients with Alzheimer's type dementia: randomised, controlled study. *Dementv Geriatr Cogn Disord*, 28:36-46.
- Guo M, Gao L, Zhang G, Li Y, Xu S, Wang Z et al. (2012) Prevalence of dementia and mild cognitive impairment in the elderly living in nursing and veteran care homes in Xi'an, China. *J Neurol Sci*. 312:39-44.
- Han HJ, Son SJ, Ha J, Lee JH, Kim S, Lee SY (2014) The effect of group musical therapy on depression and activities on daily living in patients with cognitive decline. *Dementia and Neurocognitive Disorders*, 13:107-111.
- Karamızrak N (2014) Ses ve müziğin organları iyileştirici etkisi. *Koşuyolu Heart Journal*, 17:54-57.
- Keskinoglu P, Giray H, Picakciefe M, Bilgic N, Ucku R (2006) The prevalence and risk factors of dementia in the elderly population in a low socio-economic region of Izmir, Turkey. *Arch Gerontol Geriatr*, 43:93-100.
- Lipe AW (2015) Music therapy assessment. In *Music Therapy Handbook* (Ed BL Wheeler): 76-90. New York, Guilford Press.
- Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, PRISMA Group (2009) Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Ann Intern Med*, 151:264-269.
- Raglio A, Bellelli G, Traficante D, Gianotti M, Ubezio MC, Villani D et al. (2008) Efficacy of music therapy in the treatment of behavioral and psychiatric symptoms of dementia. *Alzheimer Dis Assoc Disord*, 22:158-162.
- Ridder HM, Gummesen E (2015) The use of extemporizing in music therapy to facilitate communication in a person with dementia: an explorative case study. *Australian Journal of Music Therapy*, 26:12-25.
- Rodriguez M, Soto S, Morales J (2015) Music Therapy for Older Adults with Alzheimer's Disease and Other Dementias: A Grant Proposal. San Marcos, California State University San Marcos.
- Santana I, Farinha F, Freitas S, Rodrigues V, Carvalho Á (2015) The epidemiology of dementia and Alzheimer disease in Portugal: estimations of prevalence and treatment-costs. *Acta Med Port*, 28:182-188.
- Spector A, Gardner C, Orrell M (2011) The impact of cognitive stimulation therapy groups on people with dementia: views from participants, their carers and group facilitators. *Aging Ment Health*, 15:945-949.
- Spector A, Thorgrimsen L, Woods B, Royan L, Davies S, Butterworth M et al. (2003) Efficacy of an evidence-based cognitive stimulation therapy programme for people with dementia: randomised controlled trial. *Br J Psychiatry*, 183:248-254.
- Suzuki M, Kanamori M, Watanabe M, Nagasawa S, Kojima E, Ooshiro H et al. (2004) Behavioral and endocrinological evaluation of music therapy for elderly patients with dementia. *Nurs Health Sci*, 6:11-18.
- Svansdottir HB, Snaedal J (2006) Music therapy in moderate and severe dementia of Alzheimer's type: a case-control study. *Int Psychogeriatr*, 18:613-621.
- Tanrıöver Başaran G. (2010) Müzikle tedavi yöntemleri. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 5(3):1-8.
- Vink AC, Birks JS, Bruinsma MS, Scholten RJM (2004) Music therapy for people with dementia. *Cochrane Database Syst Rev*, 3:CD003477..
- Vos SJ, Verhey F, Frölich L, Kornhuber J, Wiltfang J, Maier W et al. (2015) Prevalence and prognosis of Alzheimer's disease at the mild cognitive impairment stage. *Brain*, 138:1327-1338.
- Werner J, Wosch T, Gold C. (2015) Effectiveness of group music therapy versus recreational group singing for depressive symptoms of elderly nursing home residents: pragmatic trial. *Aging Mental Health*, doi: 10.1080/13607863.2015.1093599.
- Weuve J, Hebert LE, Scherr PA, Evans DA (2015) Prevalence of Alzheimer disease in US states. *Epidemiology*, 26:e4-e6.

Neslihan Lök, Selçuk Üniversitesi, Konya; **Kerime Bademli**, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.

Yazışma Adresi/Correspondence: Neslihan Lök, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi., Konya, Türkiye.

E-mail: neslihandilmen@gmail.com

Bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirilmemiştir - No conflict of interest is declared related to this article

Çevrimiçi adresi / Available online: www.capps.org/archives/vol8/no3/

Geliş tarihi/Submission date: 17 Şubat/February 17, 2016 - **Kabul Tarihi/Accepted** 4 Mart/March 4, 2016
