

## Muziek verzacht de zeden...



Elkeen weet hoe gepast muziek de gebeurtenissen van het leven kan begeleiden : feestelijke muziek bij vrolijke gebeurtenissen (vb.een huwelijksfeest), ritmische muziek (bij dans), achtergrond muziek ('s avonds thuis), ingetogen muziek (bij een uitvaart). Muziek kan echter meer dan begeleiden, zij kan ook een heel doeltreffende bijdrage bieden bij alles wat ons dagelijks leven uitmaakt : relaxatie tijdens een mooi concert, oplossen van spanningen na een stressvolle dag, een aardige broodwinning voor sommige professionelen, een pittige hobby voor liefhebbers. De lijst is ver van volledig.

**D**e ervaring met relaxatie technieken heeft sommigen de vraag doen stellen in hoever aangepaste muziek een gunstig effect zou kunnen uitoefenen op gezondheid en gemoedstoestand. En, waarom niet, het kan ook een aangenaam hulpmiddel zijn bij de behandeling van ziekteprocessen zoals hart- en vaatafwijkingen.

Tot voor kort was dit een aantrekkelijke droom, waaraan niet te veel belang of geloof gehecht werd. Recentelijk werd deze vraagstelling echter grondig bestudeerd en de resultaten zijn gepubliceerd in "Circulation", een van de meest gerespecteerde Amerikaanse tijdschriften.

Muziek verzacht de zeden...een oud gezegde maar nu dus ook het voorwerp van ernstig wetenschappelijk werk! Een groep uit Pavia (Italië) onderzocht de invloed van het beluisteren van muziek op een aantal functies van hart en bloedvaten alsook op de ademhaling. Muziekstukken van allerhande stijlen werden uitgetest : gezongen muziek, snelle meeslepende deuntjes, grote instrumentale symfonische klanken, rustige achtergrondmuziek. "Proefpersonen" waren een groep van jonge gezonde mensen, zonder bijzondere interesse of kennis van

muziek en een groep professionele musici.

Snel viel het op hoezeer de kenmerken en bewegingen van de beluisterde stukken wijzigingen in de functie van hart en bloedvaten konden teweegbrengen. Bij plots versterken

Gezien zowel "leken" als professionelen aan de proef onderworpen werden, kon men nagaan in hoever het aanleren van muzikale belevenissen, training van het gehoor, de gedragingen van hart en vaatstelsel op dergelijke ogenblikken zou kunnen beïnvloeden. Eigenaardig genoeg ble-



Prof. Dr. Denis Clément

van de geluidsintensiteit of tempo, steeg bloeddruk en polsfrequentie en de ademhaling ging versnellen en dieper worden. Al die wijzigingen keerden terug naar de controlewaarden bij het terug rustig worden van de gespeelde stukken of sequenties. Opvallend waren de momenten met grote gevoeligheid zoals bij het gezang van het slavenkoor van Verdi. Registratie van de huiddoorbloeding toonde een soms duidelijke vermindering van doorstroming aan wat misschien de koude rillingen kan verklaren die wij allen ervaren bij het beluisteren van de "pakkende" momenten. Ook dat keerde terug naar de controlewaarden nadien en ging soms over tot een vermeerdering van doorbloeding (wat dan weer het gevoel van rood worden zou kunnen verklaren).

ken professionelen en leken op zeer gelijkaardige wijze te reageren. Men leert het dus niet aan : alles blijkt wellicht afhankelijk van het feit of de proefpersoon gevoelig is voor de afgespeelde klanken of niet. Dergelijke gevoeligheid is erg verschillend van persoon tot persoon wat vanzelfsprekend belet de resultaten te veralgemenen.

De huidige proeven tonen vooral wijzigingen aan op het ogenblik dat muziek de toehoorder ontroert ; natuurlijk blijven heel veel vragen open. Zo is er in deze proeven nog geen goede documentatie welke invloed uitgaat van de relaxatie die na enige tijd muziek beluisteren tot stand komt en hoe het dan verder gaat met ons hart na de gelukkige



momenten die de muziek ons heeft gebracht.

Het is zeker nog veel te vroeg om te besluiten in hoever muziek ook als een behandeling kan gebruikt worden bij ziekten van hart- en bloedvaten. Ik zie de arts reeds een stukje Bach, Beethoven, Chopin, Miles Davis of de Beatles afdraaien naargelang de kenmerken van de patiënt en dat dan met alle variaties van dien...Het feit echter dat dergelijke proeven worden

uitgevoerd en gepubliceerd in hoogstaande tijdschriften laat vermoeden dat men in die richting begint te denken en ... te dromen.

Als dat zo is, - maar we zijn helaas echt nog niet zover - dan staan ons aangename momenten te wachten bij de behandeling van onze patiënten ; zie je het al gebeuren : op het voorschriftbriefje staat niet alleen dit of dat geneesmiddel, deze of deze raad maar ook : zoveel keer het belui-

steren van deze of die muziek, voorstanders van het één glas wijn per dag zullen allicht bijspringen en ga zomaar verder...Het zou allemaal wel eens anders kunnen worden...