

Bölüm 8

MADDE BAĞIMLILIĞI İLE MÜCADELEDE MÜZİĞİN TERAPÖTİK ETKİSİ

Mualla YILMAZ¹ Zeliha YAMAN² Münevver BOĞAHAN³
Cemre Sultan KARAGÖZ⁴ Rabia Ayça ÖRETEN⁵

Giriş

Madde bağımlılığı, olumsuz sonuçlarına rağmen bireyin beden-ruh sağlığını, aile, toplum ve iş uyumunu bozacak derecede sık ve fazla miktarda madde kullanması; madde alma isteğini durduramaması; ilacı almaya devam etmek için tekrarlayan istek ile karakterize nöropsikiyatrik bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Zou & ark., 2017). Birleşmiş Milletler Uyuşturucu ve Suç Ofisi'nin hazırladığı Dünya Uyuşturucu Raporu'na (2016) göre uyuşturucu kullanan 29 milyondan fazla bireyin madde kullanım bozukluğu sorunları yaşadığı, bu bireylerin 12 milyonunun damardan uyuşturucu madde aldığı, madde kullanım bozukluğu olan her altı kişiden ancak birinin tedavi olduğu ve uyuşturucu kullanımının önemli sağlık sorunlarına neden olduğu belirtilmektedir (United Nations Office On Drugs And Crime, 2016).

Madde bağımlılığı birey, aile ve toplumu psikolojik, sosyolojik, maddi-manevi yönden olumsuz etkilemekte; birey ve ailesi üzerinde yıkıcı etkilere neden olmakta; bireylerin sağlık sorunlarını, suç oranlarını arttırmakta ve verimliliğini azaltmaktadır (Sleeper, 2013; Şener & Küçükşen 2017; Zou & ark., 2017; WHO, 2018) Madde bağımlılığı olan bireylerde var olan problemin inkarı, madde kullanımını önemsememe, yaşanan problemler için başkalarını suçlama veya mantığa bürüme, anksiyete, irritabilite, impulsivite, suçluluk, keder, öfke duyguları, kavrama yeteneği ve yargılamada zayıflık, benlik saygısında azalma, etkin olmayan baş etme yöntemleri kullanma, gerçek duygularını ifade etmekte güçlük, aile, iş, okul hayatında rollerini yerine getirmede yetersizlik, kişilerarası ilişkilerde sorunlar, uyku bozuklukları, beslenme yetersizlikleri gibi sorunlar görülebilmektedir (Şimşek, 2010; Polat, 2014).

Madde bağımlılığı tedavisinde sadece tıbbi tedaviler yeterli olmamakta; bağımlılığın rehabilitasyon döneminde farklı psikososyal yaklaşımları içine alan terapilerin de olması nüks durumlarını önleyerek hastaların yeniden kliniğe yatışlarını engellemektedir. Madde bağımlılığının rehabilitasyonunda sıklıkla kullanılan tamamlayıcı ve entegre psikososyal terapilerden biri de müzik terapisi (Cevasco, Kennedy &

¹Doç. Dr., Mersin Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, mualley69@gmail.com

²Arş. Gör., Mersin Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, zyaman15@gmail.com

³Arş. Gör., Mersin Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, munevverbghn@hotmail.com

⁴ Hemşire, cemresultan.3385@gmail.com

⁵Hemşire, meuycahemsire@gmail.com

ri üzerine etkisini incelediği çalışmasında yapılan her seansın ardından bireylerin depresyon skorlarının azaldığını göstermiştir. Yapılan başka bir çalışmada; madde bağımlılığı rehabilitasyon programında yer alan madde bağımlısı olan 20 kadın ile müzik, ritim ve müzik oyunları müdahalelerini kullanarak yaptıkları çalışmada kadınların anksiyete, depresyon, stres, anksiyete ve öfke düzeylerinin seans sonrasında önemli ölçüde azaldığı vurgulanmaktadır (Cevasco, Kennedy & Generally, 2005). Bir detoksifikasyon ünitesinde tedavi gören 35 bireyle yapılan bir çalışmada on seans süren müzik terapisi sonrasında katılımcıların kaygı düzeyinin anlamlı düzeyde azaldığı belirlenmiştir (Bibb & ark., 2018). Johnsen (2016) sistematik literatür taraması ve tematik sentezden yararlanarak elde ettiği çalışma bulgularına göre müzik terapisinin madde kullanan kadınlar için tehdit edici olmayan özelliklere sahip güvenli bir ortam yarattığı, iyileşmeyi sağladığı, akranlar arasındaki pozitif kişiler arası ilişkileri kolaylaştırdığı, kısa vadeli olumlu deneyimlere, sonuçlara ve değişikliklere katkıda bulunduğu, yeni pozitif bir benlik yaratmakta etkili olduğu, nüks durumunu önlediği belirtilmektedir. Yapılan bu çalışmalar madde bağımlısı olan bireylerin duygularını üzerinde müzik terapisinin önemli etkileri olduğunu ortaya koymaktadır. Bu yüzden ruhsal ve fiziksel sağlığı sürdürmek ve geliştirmek için müzik terapisi, hemşireler tarafından kullanılmaktadır (Özveren, 2011; Vink, 2013).

Sonuç

Müziğin insan üzerindeki etkisinin çok yönlü olması tedavide de kullanılmasına neden olmuş ve son yıllarda tıbbın önemli bir parçası haline gelmiştir. Müzik terapi uygulaması, kullanılması pahalı olmayan, yan etkileri olmayan doğal bir girişimdir ve fiziksel, psikolojik, sosyal, emosyonel ve manevi iyileşmede etkin bir role sahiptir. Müzik terapisinin madde bağımlılığı tedavisi gören hastalarda, gevşemeyi sağladığı, enerji düzeyini arttırdığı ve dürtüsel davranışları ve anksiyete düzeyini azaltması nedeniyle madde bağımlısı olan bireylerin sorunlarıyla başetmesine benzersiz bir şekilde katkı sunmaktadır (Uyar & Akın Korhan, 2011; Silverman, 2003). Ayrıca hemşirelerin müziğin terapötik kullanımı ile bilgilerini güncellemeleri, madde bağımlısı olan bireyleri bu alanda uzmanlaşmış bireylere tedavi amaçlı yönlendirmeleri ve müzik terapisi alanında hemşirelerin uzmanlaşmaları son derece önemlidir.

Kaynakça

- Albornoz, Y. (2010). The effects of group improvisational music therapy on depression in adolescents and adults with substance abuse: A randomized controlled trial. *Nordic Journal of Music Therapy*, 20(3), 208-224. Doi: 10.1080/08098131.2010.522717
- Aletraris, L., Paino, M., Edmond, M.B., Roman, P.M., & Bride, B.E. (2014). The use of art and music therapy in substance abuse treatment programs. *Journal of Addictions Nursing*, 25(4), 190-196. Doi:10.1097/JAN.0000000000000048
- Altenmüller, E. & Schlaug, G. (2013). Neurologic music therapy: the beneficial effects of music making on neurorehabilitation. *Acoustical Science and Technology*, 34(1), 5-12.
- American Addiction Centers (2018). *Art and music therapy benefits*. 11/09/2018 tarihinde <https://www.recovery.org/topics/art-music-therapy-addiction/> adresinden ulaşılmıştır.

American Music Therapy Association (2018). *Music therapy*. 11/09/2018 tarihinde <https://www.musictherapy.org/faq/#267> adresinden ulaşılmıştır.

Baker, F.A., Gleadhil, L.M. & Dingle, G.A. (2007). Music therapy and emotional exploration: Exposing substance abuse clients to the experiences of non-drug-induced emotions. *The Arts in Psychotherapy*, 34(4), 321-330. Doi:10.1016/j.aip.2007.04.005

Bibb, J., Castle, D., & Newton, R. (2016). Circuit breaking'the anxiety: Experiences of group music therapy during supported post-meal time for adults with anorexia nervosa. *The Australian Journal of Music Therapy*, 27, 1-11.

Bibb, J., Castle, D., Bonomo, Y., & McFerran, K.S. (2018). Reducing anxiety through music therapy at a community residential alcohol and drug withdrawal unit. *Journal Of Addictive Behaviors, Therapy& Rehabilitation*, 7(2),1-3. Doi: 10.4172/2324-9005.1000179

Bishop-Williams, Justin (2017). *Music therapy's impact on substance abuse recovery*. 11/09/2018 tarihinde https://digitalcommons.csub.edu/caps_thes_all/104 adresinden ulaşılmıştır.

Bruscia, K.E. (2014). *Defining music therapy* (Third Edition). USA: Barcelona Publishers

Cevasco, A., Kennedy, R., Generally, N. (2005). Comparison of movement-to-music, rhythm activities, and competitive games on depression, stress, anxiety, and anger in substance abuse rehabilitation. *Journal of Music Therapy*, 42(1), 64-80.

Çiğerci, Y., Kurt, H., & Çelebi, Ş. (2016). Tamamlayıcı bakım ve alternatif tedavi yöntemi olan müzik terapiye ilişkin sağlık profesyonellerinin görüşleri. *Akademik Müzik Araştırmaları Dergisi*, 2(4),13-26. Doi: 10.5578/amrj.27800

Eells, K. (2014). The use of music and singing to help manage anxiety in older adults. *Mental Health Practice*, 17(5), 10-17. Doi:10.7748/mhp2014.02.17.5.10.e861

Ghetti, C., Chen, X. J., Fachner, J., & Gold, C. (2017). *Music therapy for people with substance use disorders*. 11/09/2018 tarihinde <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD012576/epdf/abstract> adresinden ulaşılmıştır.

Gardstrom, S., Bartkowski, J., Willenbrink, J., & Diestelkamp, W. (2013). The impact of group music therapy on negative affect of people with co-occurring substance use disorders and mental illness. *Music Therapy Perspectives*, 31(2), 116-126.

Fenner, P., Abdelazim, R. S., Bräuning, I., Strehlow, G., & Seifert, K. (2017). Provision of arts therapies for people with severe mental illness. *Current Opinion in Psychiatry*, 30(4), 306-311.

Hwang, E. & Oh, S. (2013). A comparison of music therapy interventions on depressions, anxiety, anger, and stress on alcohol-dependent clients: A pilot study. *Music and Medicine*, 5(3), 136-144.

Johnsen, K. M. M. (2016). *Music therapy, women and substance use problems: a systematic literature review and thematic synthesis*. 11/09/2018 tarihinde <http://bora.uib.no/bitstream/handle/1956/12819/144663993.pdf?sequence=1> adresinden ulaşılmıştır.

Karamızrak, N. (2014). Ses ve müziğin organları iyileştirici etkisi. *Koşuyolu Kalp Dergisi*, 17(1), 54-57.

Koç, E. M., Başer, A. D., Kahveci, R., & Özkara, A. (2016). Ruhun ve bedenin gıdası: geçmişten günümüze müzik ve tıp. *Konuralp Tıp Dergisi*, 8(1), 51-55.

Lee, H.J., Lee, D.B., Park, M.C., & Lee, S.Y. (2014). The effect of group music therapy on the social function and interpersonal relationship in outpatients with schizophrenia. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, 53(1), 40-53.

Lök, N. & Bademli, K. (2016). Alzheimer hastalarında müzik terapinin etkinliği: sistematik derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(3), 266-274.

Maratos, A. S., Gold, C., Wang, X., Crawford, M. J. (2008). Music therapy for depression. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 1. Art. No.: CD004517. Doi:10.1002/14651858.CD004517.pub2.

Okanlı A. & Şahin-Altun Ö. (2016). Somatik ve tamamlayıcı tedavilerde psikiyatri hemşireliği uygulamaları. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatric Nursing-Special Topics*, 2(3):73-79.

Özveren, H. (2011). Ağrı kontrolünde farmakolojik olmayan yöntemler. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 18(1), 83-092.

Polat, G. (2014). Madde bağımlılığı tedavisinde sosyal hizmet mesleği. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 30(2), 143-148. Doi:10.5222/otd.supp2.2014.143

Shorofi, S. A., & Arbon, P. (2017). Complementary and alternative medicine (CAM) among Australian hospital-based nurses: knowledge, attitude, personal and professional use, reasons for use, CAM referrals, and socio-demographic predictors of CAM users. *Complementary therapies in clinical practice*, 27, 37-45.

Silverman, M. J. (2003). Music therapy and clients who are chemically dependent: a review of literature and pilot study. *The Arts in Psychotherapy*, 30(5), 273-281. Doi: 10.1016/j.aip.2003.08.004.

Silverman, M. (2009). The effect of lyric analysis on treatment eagerness and working alliance in consumers who are in detoxification: A randomized clinical effectiveness study. *Music Therapy Perspectives*, 27(2), 115-121.

Silverman, M. (2012). Effects of group songwriting on motivation and readiness for treatment on patients in detoxification: A randomized wait-list effectiveness study. *Journal of Music Therapy*, 49(4), 414-429.

Silverman, M.J. (2015a). *Music therapy in mental health for illness management and recovery* (First edit). Great Britain: Oxford University Press .

Silverman, M. J. (2015b). Effects of educational music therapy on knowledge of triggers and coping skills, motivation, and treatment eagerness in patients on a detoxification unit: A three-group cluster-randomized effectiveness study. *Korean Journal of Music Therapy*, 17(2), 81-101.

Silverman, M.J. (2016). *Music therapy as an integrative and complimentary treatment for substance abuse withdrawal symptoms*. 11/09/2018 tarihinde <https://pdfs.semanticscholar.org/a9be/e76b82ee-42ae51d7e7cd5315417153e3d5ef.pdf> adresinden ulaşılmıştır.

Sleeper, J.A. & Bochain, S.S. (2013). Stigmatization by nurses as perceived by substance abuse patients: A phenomenological study. *Journal of Nursing Education and Practice*, 3(7), 92-98. Doi: 10.5430/jnep.v3n7p92.

Şener, M.M.& Küçükşen, K. (2017). Madde bağımlısı bireylerin rehabilitasyonunda sivil toplum kuruluşlarının rolü. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 486-495. Doi:10.14687/jhs.v14i1.4390.

Şimşek, N. (2010). Madde kullanım bozukluğu olan birey ve ailesinin hemşirelik bakımı. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(2), 96-99.

T.C. Sağlık bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Daire Başkanlığı (2018). *Müzikterapi uygulaması hakkında bilgilendirme*. 11/09/2018 tarihinde <http://getatportal.saglik.gov.tr/TR,24681/muzikterapi-uygulamasi-hakkinda-bilgilendirme.html>. adresinden ulaşılmıştır.

Uçaner, B. & Jelen, B. Müzik terapi uygulamaları ve bazı ülkelerdeki eğitimi. *Folklor/Edebiyat*, 21(81), 35-46.

United Nations Office on Drugs and Crime (2016). *World drug report 2016*. 11/09/2018 tarihinde https://www.unodc.org/doc/wdr2016/WORLD_DRUG_REPORT_2016_web.pdf adresinden ulaşılmıştır.

Uyar, M. & Akın Korhan, E. (2011). Yoğun bakım hastalarında müzik terapinin ağrı ve anksiyete üzerindeki etkisi. *AGRI*, 23(4), 139-146. Doi: 10.5505/agri.2011.94695

Vink, A.C. (2013). *Music therapy for dementia: the effect of music therapy in reducing behavioural problems in elderly people with dementia*. 11/09/2018 tarihinde <https://www.rug.nl/research/portal/files/14427178/volledigedissertatie.pdf> adresinden ulaşılmıştır.

WHO (2018). *Alcohol*. 11/09/2018 tarihinde <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/alcohol> adresinden ulaşılmıştır.

Zou, Z., Wang, H., Uquillas, F.D., Wang, X., Ding, J. & Chen, H. (2017). *Definition of substance and non-substance addiction*. X. Zhang, J. Shi & R. Tao (Eds.) In: Substance and non-substance addiction (1st ed., pp. 21). Singapore: Springer.