

Musikkterapi som distraksjon fra ettermåltidsangst hos pasienter innlagt for behandling av anoreksi - en replikasjons- og gjennomførbarhetsstudie

Poster

kl. 14.45-15.05, betjent posterutstilling utenfor Mimes Brønn

Posterholder

Joachim Dalgard, musikkterapistudent ved Norges Musikkhøgskole, joachimd@nmh.no

Andre bidragsytere: Are Brean.

Sammendrag

Nyere forskning tyder på at ettermåltidsangst er et betydelig problem hos pasienter med spiseforstyrrelser (1). En originalstudie fra 2015 antydte at musikkterapi kan lindre denne angsten (2). Ettersom det ikke er funnet ytterligere studier om dette (3), ønsket vi derfor å replikere denne studien for å undersøke hvorvidt musikkterapi kunne være gjennomførbart i en lignende norsk kontekst. Pasienter ved Regionalt Senter for Spiseforstyrrelser (RASP) ved Oslo Universitetssykehus ble invitert til ukentlige musikkterapi i form av lyttegruppe som anvendt metode som et alternativ til standard ettermåltids-hviletid. Deltakerne vurderte sitt angstnivå ved hjelp av Subjective-Units-of-Distress-skalaen (SUD) før og etter musikkterapi (intervensjon), samt etter vanlig hviletid (kontroll). Basert på deltakernes selvrapportering viste musikkterapi (22 rapporteringer) en gjennomsnittsreduksjon i angstnivå fra 4,0 til 3,4 etter intervensjonen. Til sammenligning viste deltakernes angstnivå (14 rapporteringer) ved vanlig hviletid en reduksjon fra 4,7 til 3,0. Interessant nok var angstnivået før musikkterapi allerede lavere enn før vanlig hviletid, noe som kan indikere at tilkommende musikkterapi har en beroligende effekt i seg selv. Denne gjennomførbarhetsstudien fungerte innenfor rammene til RASP, selv om det var utfordrende å innsamle nok data. Resultatene er derfor ikke signifikante. Fremtidige, større studier må vurdere denne utfordringen. Kvalitative intervjuer med deltakerne om deres opplevelser rundt forskningsprosjektet er planlagt. Studien demonstrerer hvordan musikkterapeuter kan bidra med spesialkompetanse i tverrfaglig samarbeid med andre helsepersonellgrupper. Hvis fremtidige, større studier kan bekrefte positive resultater, vil dette være et betydelig bidrag til en sårbar pasientgruppe med begrensede behandlingsoalternativer utenfor konvensjonell psykiatrisk behandling.

Referanser

- Sjögren, M., et al. (2021). "Inpatient Weight Restoration Treatment Is Associated with Decrease in Post-Meal Anxiety." *Journal of Personalized Medicine* 11(11): 1079.
- Bibb, J., et al. (2015). "The role of music therapy in reducing post meal related anxiety for patients with anorexia nervosa." *Journal of eating disorders* 3(1): 1-6.
- Testa, F., et al. (2020). "A systematic review of scientific studies on the effects of music in people with or at risk for eating disorders." *Psychiatria Danubina* 32(3-4): 334-345.