

Har vi sjans mot demenskor-bølgen, eller er demenskor-bølgen sjansen vår?

Om betydningen, konsekvensene og utfordringene ved demenskor-fenomenet, og (nye?) muligheter ved musikk som forebyggende og helsefremmende tiltak

Plenumsforedrag

10.30-11.05, Mimes Brønn



Jelena Golubovic til høyre, sammen med Ingrid Gjessing Linhave og Kim Wigaard. Foto: Else Thorbjørnsen / NORDISK BANIJAY/NRK.

Jelena Golubovic, musikkterapeut og stipendiat ved Norges Musikkhøgskole, som for tiden er kjent som pianist og korleder i NRKs serie «Demenskoret». Jelena er også ansatt som fagansvarlig i Norsk Forening for Musikkterapi og har en lang erfaring og stort engasjement innen musikkterapi og eldre helse. Jelenas doktorgradsprosjekt er fokusert på musikkterapi som mulig behandling for delirium hos akuttstykke eldre, og hun har per i dag publisert flere vitenskapelige artikler på dette tema.

Sammendrag

Med et stadig økende antall eldre personer i det norske samfunnet, forventes det innen år 2050 en sterk økning av antall personer som lever med demens, i forhold til dagens om lag 100 000. Denne målgruppens sykdomsbilde er kompleks med flere komorbiditeter, og medfører en rekke medisinske, psykososiale og økonomiske utfordringer for både personen selv, pårørende, helsetjenesten og hele samfunnet. Disse utfordringene vil også øke i årene som kommer. Det vi vet er at høy alder og genetikk er kjente predisponerende faktorer for utvikling av demens, men det vi også vet er at oppimot 40% av all demens kunne vært unngått ved effektive forebyggende tiltak.

Legemiddelbehandling kan effektivt bedre noen av symptomene ved demens, men har en rekke bivirkninger kan være en utløsende faktor for andre skadelige tilstander slik som akutt forvirring (delirium). Forskningen tyder på at tverrfaglige, multikomponent tiltak og tilnærminger med en personsentrert, psykososialt og miljørettet tenkning i bunnen, har stort potensial og burde utforskes mer.

Som et multisensorisk, bio-psyko-sosialt fenomen, har musikk en evne til å påvirke perseptuelle, atferdsmessige, fysiologiske og psykososiale funksjoner simultant. Musikk aktiverer både nevroplastisitet og nevrokemiske prosesser, auditiv-motorisk kobling, arousal, men også selvbiografisk og implisitt minne og affekt-regulering. Musikk har dermed et stort potensial for både behandling og forebygging av demens og medfølgende komorbiditeter.

NRK-serien «Demenskoret» har tatt Norge med storm, og i løpet av kort tid vendt samfunnets oppmerksomhet mot både belastninger som demenssykdommen medfører, men også mot musikk som en verdifull helseressurs for denne målgruppen. Programmet kan også ha gitt et inntrykk om at det «bare er så lett», og at musikk er magisk og helbredende for alle (med demens). Men er det virkelig så enkelt? Er demenskor alt vi trenger? Er dette den magiske løsningen vi har ventet på? Og HVA og HVEM er egentlig demenskor? NRK? Kim Wigaard? Ingrid Jessing Linhave? Musikkterapi? Tverrfaglighet? Frivillighet? Konsert og jubel på Chat Noir? Allsang? Ukentlige korøvelser?

I et samfunn som plutselig har blitt fullstendig frelst og betatt av demenskor-fenomenet, må vi lure på hva som har skjedd? Det føles som om vi alle har skjønt noe viktig som vi ikke har skjønt før – men

hva er det for noe? Hvilken nerve har demenskorset truffet? Handler det om at dette er noe nytt? Selv om vi mange har «stått i kor» i alle år. Eller er det at det virker så enkelt? I en global «quick-fix» bølge, godt støttet av politikerne og media, leter vi desperat etter tilnærminger som er enkle og som kan virke fort! Og gjerne de som kan resultere i et konkret produkt, noe å vise frem, noe vi kan peke på og si: «Se der, det hjelper!» Det oppleves så berusende og ekstatisk, som å vitne et «mirakel».

Men igjen, hva er det vi ser? Oss selv og vårt behov for «quick-fix» i speilet, eller et faktisk faglig forankret, og forskningsbasert tiltak som virker på NOE og for NOEN? Er suksess garantert ved bare å følge oppskriften, eller er det mer som skal til? Og i så fall hva? Hva med andre tiltak, og andre måter å bruke musikk helsefremmende? Drukner de i bølgen eller får de også en unik mulighet til å bli løftet frem?

Med andre ord, har vi sjans mot demenskorset, eller er demenskor DEN sjansen vi har fått til å fremme et viktigere budskap med mye større og viktigere konsekvenser?

Referanser

- Brancaisano, O., Baird, A., & Thompson, W. F. (2020). Why is music therapeutic for neurological disorders? The Therapeutic Music Capacities Model. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 112, 600–615. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.02.008>
- Hillecke, T., Nickel, A., & Bolay, H. V. (2005). Scientific perspectives on music therapy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1060(1), 271–282. <https://doi.org/10.1196/annals.1360.020>
- Schaefer, H.-E. (2017). Music-evoked emotions-current studies. *Frontiers in Neuroscience*, 11, 600. <https://doi.org/10.3389/fnins.2017.00600>
- Sihvonen, A. J., Särkämö, T., Leo, V., Tervaniemi, M., Altenmüller, E., & Soinila, S. (2017). Music-based interventions in neurological rehabilitation. *Lancet Neurology*, 16(8), 648–660. [https://doi.org/10.1016/s1474-4422\(17\)30168-0](https://doi.org/10.1016/s1474-4422(17)30168-0)
<https://www.fhi.no/nettpub/hin/ikke-smittsomme/demens/>