



Artykuł oryginalny/Original Research Article

Muzyka i taniec w rehabilitacji kobiet po leczeniu raka piersi

Music and dance in the rehabilitation of women after
breast cancer treatmentMonika Samolej^{1,*}, Małgorzata Stańczyk²¹ Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, Wydział Nauk o Zdrowiu, Fizjoterapia, I SUM, studia stacjonarne, Poznań, Polska² Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu Wydział Nauk o Zdrowiu, Kierownik Katedry: prof. dr hab. Julian Malicki, Poznań, Polska

Otrzymano: 30.11.2014; Zaakceptowano: 16.01.2015

Dostępne online: 23.01.2015

Abstract

Cancer is associated with invasive and crippling treatment, adversely affecting the plane of the physical, psychological and social aspects. The most common cancer among women is breast cancer, bringing with them the effects seen in the sphere of femininity. Patients often feel misunderstood, worse, they are afraid of their position in society, they have problems with the performance of the upper limb and body statics. In cancer treatment, it is an important holistic approach to the patient. One of its elements can be art therapy, and in particular it is by dance therapy and music therapy, affecting the human body by changing the neurophysiological parameters such as heart rate, respiratory rate, and muscle tension. An example of the use of these methods in oncology active music therapy is conducted in the Poznań Society of the Amazons, based on dance in a circle and the repetition of short choreography. The research was conducted on the basis of their own surveys and observations in the classes. The purpose of this study was to demonstrate the group to which aspect of life (physical, mental, social) affects most active music therapy, and which overcomes feelings and call. Studies have shown comprehensive action methods of art therapy, because it was impossible to unequivocally state to which plane of life active music therapy affects the most, although it can lead to social aspects. One of the main results is that choreo-active music therapy is relaxing, so necessary in life filled with stress. Dance therapy can be considered as a kind of physiotherapy, can help to increase the efficiency in the case of women with breast cancer, and in particular the functionality of the upper limb. Music can be used as a motivating factor to take exercise. The use of dance in a circle is to boost your sense of equality, acceptance and belonging and to facilitate social contacts.

© 2015 Wielkopolskie Centrum Onkologii. Published by Elsevier Urban & Partner Sp. z o.o. All rights reserved.

Słowa kluczowe: muzykoterapia; rak piersi; mastektomia*Keywords:* Music therapy; Breast cancer; Mastectomy

Leczenie pacjentów onkologicznych niesie ze sobą wiele negatywnych dla organizmu skutków, nie tylko fizycznych, ale również psychicznych i społecznych, mających konsekwencje w życiu codziennym, w szczególności w rodzinnym i zawodowym. Dlatego powinno się zwrócić dużą uwagę na włączenie do terapii psychologów, fizjoterapeutów oraz arteterapeutów. Ważnym aspektem są również warunki, w jakich przebywają chorzy [1]. Nawet jeśli choroba zostanie wyleczona, to pozostawia ona następstwa w ciele i psychice pacjenta na wiele lat. Psychologiczne wsparcie w chorobie nowotworowej zapewnia w dużej mierze arteterapia, czyli terapia przez sztukę. Wykorzystanie muzyki i tańca w terapii jest najefektywniejsze i stosowane często w arteterapii, może być wykorzystywane wśród pacjentów onkologicznych, a w szczególności u pacjentek po leczeniu raka piersi. Przykładem takiego wykorzystania arteterapii są zajęcia

* Adres do korespondencji: ul. Dworcowa 9, 62-001 Zielątkowo, Polska. Tel.: +48506018282.

Adres email: monik_as@wp.pl (M. Samolej).

z muzykoterapii aktywnej w Poznańskim Towarzystwie Amazonek. W leczeniu raka piersi nie jest ważne jedynie ciało pacjentki, ale również zawrócenie uwagi na sferę psychiczną i społeczną, a tym samym na konieczną holistyczną rehabilitację, jaką muszą uzyskać kobiety po leczeniu raka piersi.

W Polsce zachorowalność na raka wzrasta, jednym z takich przypadków jest rak piersi – najczęstszy nowotwór występujący u kobiet i dający widoczne skutki w tak ważnej dla każdej pacjentki sferze kobiecości. Tak też jest i w Wielkopolsce, gdzie zachorowalność na raka piersi w latach 1999–2011 wzrosła o 34% [2]. Badania przesiewowe, do których należy mammografia, pozwalają wykryć raka piersi w wczesnym okresie zachorowania, jednak wiele Polek (58%) nie decyduje się na badania profilaktyczne. Jedną z przyczyn jest lęk przed badaniem i samą diagnozą, co zwiększa umieralność na nowotwór piersi [3]. Wysoka zachorowalność na nowotwory jest związana ze starzeniem się społeczeństwa, otyłością, spożywaniem używek, złą dietą i małą aktywnością fizyczną [4].

Celem pracy było zbadanie możliwości wykorzystania form arteterapii jako metod pracy z pacjentem onkologicznym, na przykładzie grupy kobiet uczestniczących w zajęciach muzykoterapii aktywnej w Poznańskim Towarzystwie Amazonek.

1. Metoda

Badanie przeprowadzono w grupie 10 kobiet z Poznańskiego Towarzystwa Amazonek uczęszczających na zajęcia z Muzykoterapii Aktywnej prowadzone raz w tygodniu i trwające 45 minut.

Zdefiniowano następujące zadania etapowe: 1) wykazanie trójplaszczynowego działania muzykoterapii aktywnej oraz tego, na jaką płaszczyznę życia wpływa najbardziej muzykoterapia aktywna stosowana w grupie kobiet uczęszczających na spotkania Poznańskiego Towarzystwa Amazonek; 2) zweryfikowanie faktu dotyczącego oddziaływania muzykoterapii aktywnej na ciało pacjentek. Przeanalizowanie psychofizycznych dolegliwości, które spotykają Poznańskie Amazonki w codziennym życiu, a które może przezwyciężyć terapia, przynosząc pozytywne skutki. Wykazanie możliwości wykorzystania muzykoterapii aktywnej w pracy fizjoterapeuty; 3) zbadanie wpływu muzykoterapii aktywnej na funkcjonowanie Poznańskich Amazonek w społeczeństwie; wykazanie negatywnych uczuć mających związek ze społeczeństwem, z jakimi borykają się Amazonki.

Muzykoterapia aktywna realizowana była poprzez wykorzystanie krótkich układów tanecznych, tańców w kręgu do muzyki z różnych rejonów świata oraz muzyki filmowej. Tańce i muzyka dobrane do terapii miały zróżnicowany nastrój estetyczno-emocjonalny. Muzyka była stosowana w trzech etapach: tzw. części wstępnej, głównej i końcowej. W części głównej stosowano muzykę dynamiczną i pełną ekspresji, a w części końcowej utwory o wolnym tempie, uspokajające oraz relaksujące. W czasie zajęć pacjentki wykonywały ruchy ramion w pełnym zakresie oraz ćwiczenia podnoszące ogólną wydolność i siłę mięśniową. Stosowane były również metody relaksacyjne o charakterze integracyjnym.

Badania zostały przeprowadzone na podstawie własnego kwestionariusza – ankiety zawierającej 10 pytań zamkniętych wielokrotnego wyboru i 2 pytania otwarte oraz obserwacji podczas uczestnictwa w zajęciach.

Poniżej zamieszczono pytania z kwestionariusza:

- 1) W jakim przedziale wiekowym Pani się mieści?
- 2) Jakie Pani ma wykształcenie?
- 3) Jakie metody leczenia zostały zastosowane u Pani? (można zaznaczyć więcej niż jedną)
- 4) Od jak dawna uczęszcza Pani na zajęcia z muzykoterapii aktywnej?
- 5) Czy uczestniczy Pani systematycznie w zajęciach?
- 6) Czy podczas zajęć udaje się Pani zapomnieć o problemach dnia codziennego?
- 7) Czy Pani zdaniem dzięki zajęciom z muzykoterapii aktywnej można wyrazić i rozładować swoje emocje?
- 8) Jakie negatywne emocje w wymienionych płaszczyznach życia towarzyszą Pani w życiu codziennym?
- 9) Co czuje Pani po zajęciach w poniższych płaszczyznach życia?
- 10) Do której sfery odnosi się najbardziej muzykoterapia aktywna?
- 11) Dlaczego Pani zdecydowała się uczestniczyć w zajęciach z muzykoterapii aktywnej? (proszę odpowiedzieć słownie).
- 12) Czym jest dla Pani muzyka i taniec? (proszę odpowiedzieć słownie).

2. Wyniki

Wyniki przeprowadzonego badania przedstawiono w formie wykresów i tabel (Ryc. 1–5, Tab, I–V).

3. Omówienie

Jak wynika z wielu badań, muzykoterapia zmniejsza depresję, obniża poziom lęku oraz przyczynia się do obniżenia poziomu stresu, a pacjenci chętnie biorą w niej udział [5]. Tak też jest w przypadku kobiet z Poznańskiego Towarzystwa Amazonek. Pacjentki podczas zajęć łatwo zapominają o problemach dnia codziennego – muzyka pozwala zapomnieć

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/1856280>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/1856280>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)