

Tunteita ja muistoja musiikeista

Uudessa Musiikin muistijäljillä -tutkimuksessa selvitetään, miten musiikin herättämät tunteet ja muistot säilyvät Alzheimerin taudin eri vaiheissa.

✍ ANNE LEINONEN

Tutkimuksen tavoitteena on löytää keinoja musiikkipohjaisten hoitomenetelmien kehittämiseen ja niiden yksilöintiin muistisairauden eri vaiheissa, kertoo Helsingin yliopiston tohtorikoulutettava, psykologi **Anni Pitkäniemi**.

Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että musiikilla voi olla monenlaisia hyötyjä osana muistisairaiden hoitoa.

– Musiikin avulla voidaan tavoittaa tunnekokemuksia ja muistoja sekä saada aikaan sellaista positiivista vuorovaikutusta ja kontaktia, jota ympäristön muilla virikkeillä ei välttämättä saada, ainakaan yhtä tehokkaasti, sanoo Pitkäniemi.

Näyttää musiikin vaikuttavuudesta mielialan kohentajana sekä ahdistuneisuuden ja levottomuuden lieventäjänä on kertynyt jo paljon. Lisäksi taustalla soivan mieluisan musiikin on havaittu parantavan muistisairaahan ihmisen tietoisuutta omasta itsestä ja ympäristöstä.

– Tutkimusryhmässämme aiemmin tehdyssä Muistaakseni laulan -tutkimuksessa havaittiin, että sään-

nöllinen tutun, muistisairaalle itselle tärkeän musiikin kuuntelu tai laulaminen yhdessä läheisen tai hoitajan kanssa kohentaa sairastuneen mielialaa ja elämänlaatua.

KEINOJA MUSIIKKITERAPIAN KEHITTÄMISEEN

Helsingin yliopiston Kognitiivisen aivotutkimuksen yksikön tutkimuksen toteuttamassa Musiikin muistijäljillä -tutkimuksessa pyritään saamaan lisää tietoa siitä, mitkä tekijät ovat musiikin hyötyjen taustalla.

– Kun saamme tarkemman käsityksen musiikin herättämien muistojen ja tunteiden säilymisestä sekä sen aivomekanismeista, voimme löytää keinoja musiikkiterapian kehittämiseen, Pitkäniemi kertoo.

Tällä hetkellä suurin osa musiikkipohjaisista menetelmistä on kehitetty ryhmämuotoisiksi, mikä ei välttämättä vastaa kaikkien tarvetta.

– Tämän tutkimuksen avulla voimme löytää keinoja myös siihen, miten musiikkia voidaan paremmin kohdentaa ja yksilöidä myös silloin, kun sairastunut ei pysty itse musiikkimielityksiään ilmaisemaan.

AINEISTOA KERÄTÄÄN ENSI VUOSI

Tutkimus toteutetaan yhteistyössä Helsingin Alzheimer-yhdistyksen, Helsingin kaupungin geriatrian poliklinikan, Kustaankartanon palvelukeskuksen, Helsingin Seniorisäätiön ja HUS-kuvantamisen kanssa. Siihen osallistuu sekä terveitä ikääntyneitä että Alzheimerin tautia sairastavia. Kaikki tutkimuksen tehtävät on valittu sillä perusteella, että ne soveltuvat muistisairaalle.

– Käytössämme on tutkimuslaitteisto, jota pystymme kuljettamaan mukaanamme. Näin ollen mittaukset voidaan tehdä joko Meilahdessa oman yksikkömme tiloissa, hoivakodissa tai jopa kotona.

Aineistonkeruu käynnistyi lokakuussa. Se jatkuu vuoden 2021 kevääseen, jonka jälkeen tutkimuksen tuloksia voidaan julkaista. Niistä tullaan kertomaan myös Muisti-lehdessä.

– Lisäksi kerromme tuloksista muistisairaille ja hoitohenkilöstölle kohdennettujen luentojen kautta, jotta tieto leviää suoraan sinne, missä sitä käytännössä tarvitaan, Pitkäniemi sanoo. 🎵

Haluatko mukaan tutkimukseen?

Musiikin muistijäljillä -tutkimukseen haetaan lievää, keskivaikeaa ja vaikea-asteista Alzheimerin tautia sairastavia 60–90-vuotiaita ja heidän omaisiaan pääkaupunkiseudulta. Osallistuminen ei edellytä musiikillisia taitoja tai harrastuneisuutta.

Tutkimukseen sisältyy kotona tehtävä musiikin kuuntelu- ja arviointitehtävä, kyselylomakkeita, lyhyt neuropsykologinen tutkimus sekä neurofysiologinen mittaus. Tutkimukset voidaan järjestää Kognitiivisen aivotutkimuksen yksikön lisäksi esimerkiksi hoivakodissa tai päivätoimintayksikössä. Lisäksi osa tutkittavista osallistuu aivojen magneettikuvaukseen HUSissa.

Tutkimuksen aineistonkeruu jatkuu kevääseen 2021.

Jos olet kiinnostunut osallistumaan tutkimukseen, ota yhteyttä:

Anni Pitkäniemi, anni.pitkaniemi@helsinki.fi, 050 311 5872.

Haluatko osallistua tutkimukseen ikääntymisestä, laulusta ja puheesta?

Syksyllä on käynnistynyt myös toinen tutkimus, jossa pyritään selvittämään, miten normaali ikääntyminen ja lauluharrastus vaikuttavat puheen ja laulamisen käsitteeseen aivoissa. Siihen haetaan koehenkilöiksi sekä musiikkia harrastamattomia henkilöitä että kuorolaulun harrastajia, jotka ovat 20–90-vuotiaita, suomenkielisiä ja oikeakätisiä, ja joilla ei ole todettu neurologista sairautta, kuulovammaa tai estettä magneettikuvaukseen osallistumiselle.

Tutkimukseen kuuluvat puhelinkeskustelu, kotona täytettäviä kyselylomakkeita, kielellisiä ja kognitiivisia toimintoja sekä kuulokykyä mittaavia tehtäviä ja aivojen rakenteellinen ja toiminnallinen magneettikuvaus. Tutkimus toteutetaan Helsingin Meilahdessa ja Espoon Otaniemessä.

Jos olet kiinnostunut osallistumaan tutkimukseen, ota yhteyttä:

tohtorikoulutettava, päättökija Nella Moisseinen, nella.moisseinen@helsinki.fi, p. 050 407 0507
tai apulaisprofessori, vastuullinen tutkija Teppo Särkämö, teppo.sarkamo@helsinki.fi, p. 050 539 9065.