



图为音乐治疗师刘明在患者家进行安宁疗护音乐治疗。 受访者供图

健康中国
奋发有为

音乐治疗贯穿全生命周期

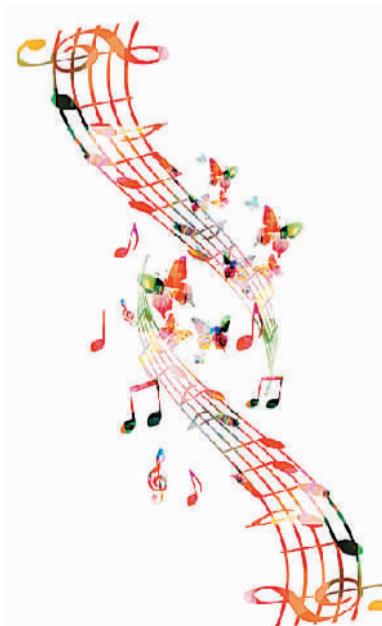
“长亭外，古道边，芳草碧连天……”身着病号服的老爷爷拿着碰铃，跟着音乐治疗师手中吉他悠扬的旋律，缓缓地唱起这首他初中学过的歌曲，在歌曲声中陷入了回忆。

这是之前在北京同仁医院进行的一次音乐治疗的场景。音乐治疗是指经过专业培训后取得资格的专业音乐治疗师，与个体建立治疗关系，利用具有临床和循证学证据的音乐干预方式，完成个体化的治疗目标，是一门由音乐、心理学、医学共同组成的交叉学科。

北京同仁医院老年医学科主任医师刘谦在她的一篇文章中指出，音乐治疗在临床上的系统性运用，最早源自美国，而在中国也已有了半个世纪的发展历史。早在20世纪80年代，北京回龙观医院、北京安定医院就先后开展了老年抑郁症和精神分裂症等音乐治疗研究。如今，在肿瘤学、老年医学、康复医学、妇产科等领域都出现了音乐治疗的身影。

据中央音乐学院音乐人工智能与音乐信息科技系音乐治疗中心副教授刘明介绍，音乐治疗总体还是一个辅助性治疗，可以使不同病症带来的身体上的障碍，以及心理上的痛苦和焦虑等，获得修复和改善。

从音乐治疗的专业性角度而言，它在不同年龄段和不同类型的困难中都能够起到帮助。其治疗对象的范



本报北京电（邱煜雯）助力推进临床科研成果转化，在世界范围发出更多癌症防控“中国声音”，第三届（2023）“人民好医生·金山茶花计划”总结会日前在北京举办。肺癌、肝胆肿瘤、胃癌、食管癌、乳腺癌、妇科肿瘤、泌尿系统肿瘤、淋巴瘤、鼻咽癌等九大癌症领域专家、学者汇聚一堂，共同探讨癌症防控新进展，助力推进癌症防控事业高质量发展。

“癌症是严重威胁我国居民健康的重大疾病。党和政府高度重视癌症防治工作，通过规划引领、体系建设、能力提升、质量保障、人才

病房飘来“长亭外”

邱煜雯



时隔3年，跳动的音符再次叩访病房。

日前，在北京同仁医院老年医学科，来自中央音乐学院的几位音乐治疗师，带着一如既往的专业和热忱来到病房。

在这里，音乐治疗在安宁疗护工作中发挥着日益重要的作用。同时，自2019年获批“中华护理学会安宁疗护专科护士临床教学基地”以来，音乐治疗的临床实践也成了基地教学工作的一大特色和亮点。

自2017年12月至2019年6月，北京同仁医院老年医学科与中央音乐学院音乐治疗专业合作，将音乐治疗应用于老年医学科病房，共进行了64人次个体音乐治疗和76人次团体音乐治疗，帮助实现疼痛及其他症状控制，舒适照护，心理、精神及社会支持等。

家人的痛苦，更平静而无遗憾地面对和接受死亡。

在北京同仁医院老年医学科，音乐治疗常为预期生存期不足6个月的患者及其家属提供支持，帮助患者减轻痛苦，缓解患者及其家属焦虑抑郁的情绪，增加患者与所爱之人的交流，并帮助患者寻找人生的意义。

因此，刘明认为，音乐治疗师是通过自己在音乐上的专业性，帮助治疗对象将有限的内在感受、有困难的言语表达整合为音乐性的形式，对患者的情感体验和情感表达，起到支撑作用。

帮患者转化情绪表达情感

音乐治疗并不是简单地要求患者聆听乐曲或弹奏乐器，更重要的是激发患者有关音乐的、情感的体验，以音乐为媒介进一步处理问题。

据刘谦介绍，音乐治疗根据治疗方式，可分为参与式和接受式。前者是指来访者通过演唱、演奏乐器、身体律动等方式参与音乐，通过开口唱或敲打音乐的形式进行音乐体验和情感抒发。后者则是指以聆听对来访者有特别意义的音乐为核心，激发体验者的情绪情感和关于这首音乐的记忆；或在音乐的旋律、歌词中进行联想和想象的体验，常用于舒缓情绪和回忆。

“在音乐治疗中，接受式方法和参与式方法所带来的干预效果并没有显著的差异，主要是根据患者的身体需求和意愿情况进行选择。”刘明说，无论是聆听还是参与演奏，一首歌曲、一段旋律的结束并不是音乐治疗的终止，而是开始，接下来将对音乐体验带起的情绪、情感进行深入工作。

以聆听为例，通过前期评估，音乐治疗师会选择最能够扰动患者情绪和情感的歌曲，挖掘患者深埋在心中的情绪主题，从而引导后续谈话的方向。在歌曲酝酿的情绪氛围之下，患者往往愿意更多地分享与这个主题和这份情感相关联的经验。因此，音乐治疗师更重要的工作，是激发患者的音乐体验，帮助患者进行情绪的转化和情感的表达。

对于一些智能障碍、语言表达困难的孩子而言，发脾气时可能会发出“哇、哇”的喊叫声。对此，音乐治疗师不是进行制止，而是将这种声调转变为音乐的种子，作为一个音乐元素发展成一曲好听的音乐。这种包容会允许这些孩子去做自己，并有助于孩子与治疗师建立互动关系。

专家指出，安宁疗护理念中，帮助患者完成“四道人生”（道歉、道谢、道爱、道别）能有效减少患者及

使用音乐≠音乐治疗

“不是所有以音乐协助健康的手段，都能叫做音乐治疗。”刘明说，“在医院里以音乐家的身份去演奏或演唱以及医疗环境中使用的背景音乐，并不是音乐治疗。”

音乐治疗是一个系统的流程。在北京同仁医院老年医学科，一次完整的音乐治疗活动包括筛选患者、评估患者、转介、制定计划、共同讨论、实施、团队反馈和共同总结等多个步骤。

医生和护士在遇到新的患者时，会通过自己专业领域的评估，来判断患者的疾病状况、情绪、认知功能、视力听力、活动能力等情况，并结合患者对于音乐的兴趣程度，来判断其是否适合且需要接受音乐治疗。随后，医生或护士会将患者的基本情况和音乐治疗的目的提供给音乐治疗师，实现转介的过程。

音乐治疗师会根据患者实际情况和需求，制定具体治疗计划，并与医



图为2022年5月24日，河北省秦皇岛市第一医院心理科音乐治疗师王晨琛，正在指导大学生体验音乐治疗中的创造性音乐表演方法。

曹建雄摄（人民视觉）

推进临床科研转化 共同助力癌症防治

培养和技术创新等方面工作，不断提升我国癌症防治整体水平和能力。”国家卫健委医政司司长郭燕红说，要充分发挥医疗机构和医务人员在癌症防控中的作用，建立癌症防治国家健康科普专家库、资源库和科普信息传播平台，为人民

群众提供简单易懂、科学准确的癌症预防、筛查和就医知识。充分发挥牵头医院作用，完善规范诊疗制度，加强质量控制，提高技术能力，推进和规范靶向治疗、免疫疗法、辅助放疗等综合治疗技术。

活动现场公布和介绍了第三

（2023）“人民好医生·金山茶花计划”推荐结果，集中推荐展示了一批在上述九大癌症防控领域做出突出贡献的中青年医务人员。审议专家团成员表示，希望未来中青年医生积极参与临床科研和探索，进一步拓宽视野，了解国际先进的医学技术和理念，并运用到临床实践中，共同助力肿瘤防控能力提升。

“金山茶花计划”由人民健康联合癌症防控领域权威专家学者共同发起，百济神州参与，项目旨在展示、鼓励癌症防治领域中青年医务人员在临床科研上砥砺创新、锐意进取。

平行病历▶▶▶

患者郭先生，高龄男性，患有高血压、冠心病、糖尿病等多种慢性病，同时由于糖尿病视网膜病变导致双目失明多年。一直以来，郭先生对自身疾病的进展都很担忧，而失明给他的住院生活带来了诸多不便，产生了诸多烦恼。

考虑到他年轻时是一位大学教授，且很喜欢音乐，有较高的音乐素养，护理人员将他转介给音乐治疗师。在音乐治疗过程中，郭先生在治疗师的带领下哼唱着喜欢的曲调，很是投入，整个过程都显得开心和惬意，似乎忘却了自己身处医院。

在治疗结束后，郭先生表示在音乐治疗过程中，身心愉悦，忘记了当下的烦恼。这种放松的感受，一直持续到晚上，他当晚睡得特别安稳。同时，在音乐治疗过程中，他也深切感受到了音乐带来的力量。并且这种力量能够为他今后的治疗和生活带来点点希望和星光。

“音乐是上天赐给人类最伟大的礼物，只有音乐能够说明安静和静穆。”音乐大师柴可夫斯基如是说。而当美妙音乐与现代医学碰撞相结合，便衍生出了音乐治疗这门新兴的跨专业应用型学科。

音乐治疗通过生物和心理两个方面的途径来治疗疾病。一方面，音乐声波的频率和声压会引起生理上的反应。音乐的频率、节奏和有规律的声波振动，是一种物理能量。适度的物理能量会引起人体组织细胞发生和谐共振现象，能使颅腔、肠腔或某一组织产生共振。这种声波引起的共振现象，会直接影响人的脑电波、心率、呼吸节奏等。

另一方面，运用音乐元素帮助患者拥有了聆听、歌唱、弹奏、敲击、律动、即兴创作等音乐体验，使患者在情绪状态、社交互动和精神健康方面产生了积极的变化。

2017年开始，北京同仁医院老年医学科/干部医疗科成立了安宁疗护多学科团队。在提供服务过程中，音乐治疗发挥了非常重要的作用。

音乐治疗不仅可以降低血管交感神经张力，使血压、呼吸频率及心率下降，帮患者进行身体放松，减轻疼痛及其他应激反应导致的症状，还可以减轻生命末期患者的焦虑抑郁情绪，增加患者与所爱之人的交流、促进情绪及情感的相互表达。

音乐让人心情愉悦，音乐也是抚慰心灵的良药。作为非药物干预的重要手段之一，音乐治疗在安宁疗护团队照护工作中有着不可替代的作用。患者症状得以改善，重塑内心的平静和美好，这是音乐治疗的神奇和美妙。

（刘倩为北京同仁医院老年医学科/干部医疗科主管护士，蔡海红为该科护士）

用音乐唤醒内心的光亮

刘倩
蔡海红

2022年全国重点人群 职业健康素养水平为52.6%

本报北京电（李昕倩）日前，国家卫健委官方网站发布，2022年全国重点人群职业健康素养水平为52.6%。

经国家统计局批准，2022年国家卫健委首次组织开展了重点人群职业健康素养监测。监测范围覆盖31个省、自治区、直辖市和新疆生产建设兵团（不包括香港、澳门、台湾地区）。监测对象为第二产业18个行业与第三产业5个行业的16—59岁劳动者，有效调查问卷超34万份。

职业健康素养水平是通过计算本次调查问卷综合得分率在80%及以上劳动者占全部监测劳动者的比例得到的。

第二产业重点人群职业健康素养水平为56.5%。其中，化学原料和化学制品制造业等12个行业劳动者职业健康素养水平范围为53.1%—70.1%，高于全国水平；纺织、服装、服饰业等6个行业劳动者职业健康素养水平范围为38.7%—52.3%，低于全国水平。

第三产业重点人群职业健康素养水平为48.9%。其中，医疗卫生业劳动者职业健康素养水平为65.8%，高于全国水平；快递与外卖配送业等4个行业劳动者职业健康素养水平范围为36.1%—51.7%，低于全国水平。



6月18日晚，重庆市梁平区全民健身中心灯火通明，市民在打乒乓球。

刘辉摄（人民视觉）

广西推进卫生健康标准化工作

本报南宁电（庞革平、韦淑媛）近年来，广西坚持以人民健康需求为导向，不断完善卫生健康标准化工作机制，推进标准化地方试点工作，打造高质量示范标杆，点面结合，促进了行业规范有序健康发展，广西卫生健康标准化工作取得新成效。

自2013年底广西卫生标准化技术委员会成立以来，广西共申报地方卫生标准260余项、立项196项、发布187项，涵盖医疗服务、健康管理、职业卫生、预防接种、养老服务、公共场所卫生、卫生应急、中医壮瑶医等方面。其中，《卫生计生监督机构能力建设规范》为广西各级卫生监督机构规范化建设提供了技术支撑，《瑶医常用诊疗技术操作规范》为推动瑶医药特色优势的发挥，提高瑶族地区人民的诊疗水平起到了积极的作用，2项地方标准均获评广西重要技术标准项目。

据统计，地方标准发布数量占比最高时达90%。同时，广西加大地方卫生标准宣贯覆盖面，每年利用世界标准日等重要时间节点进行集中宣传，开展标准工作集中培训等，近年来累计宣传、培训突破2万人次，社会影响力日益扩大，提升了卫生标准应用实效。