

本院自 去年九月成立美德病房以來，每月收治許多末期患者。整個醫療團隊，包括醫護志工、宗教師等，無不戮力從各面向提供患者及眷屬在醫療上及身、心、社、靈各方面所需之各種支持及服務，並時常召開研討會以集思廣益並加以整合。令我們深感欣慰的是，我們在許多患者及眷屬身上看到了正向的反應。許多住院癌末病患及外院病患家屬，都曾探詢或參觀我們的美德病房。更多的出院或往生者家屬，也都曾經在不同的機會表達了對我們安寧療護的肯定跟感謝之意。在我們安寧緩和療護團隊中，設有音樂治療師一職，由筆者承乏其事。音樂治療的觀念，起源於歐美，而國內則有不同的團體協會推廣中。

音樂治療是一門跨領域的學科，是藝術與科學及醫學的結合，並非是單一音樂理論或治療方法所能概括。大致來說，是有計劃地使用音樂，經由音樂活動幫助個人達到生理、心靈、情緒、認知等方面治療的效果，也就是藉由音樂促進、維持、和重建人們生理和心理的健康。在治療的方法及技巧上，必須隨著治療對象及治療目標的不同而多加變化與活用，包括聆聽(listening or receptive)，即興(improvising)，創作(composing)，再創作(re-creating)，都是很適合運用的方式。

音樂治療在安寧療護中，更提供了患者在宗教信仰之外的另一種靈性的寄託。透過不同的方式，包括歌唱、樂器演奏、或音樂聆聽欣賞等，讓病患能表達和抒解情緒，並且能回顧生命中的許多回憶與時光。以歌唱為例，可以選擇對患者和家屬有特別意義或特殊感情的歌曲：有兒時所唱的童謠，有共同喜愛的曲子，也有在特殊節日時曾經一起歡唱的歌曲。當與病患一起哼唱時，不但藉由歌曲傳遞心聲，也可表達對彼此的珍惜和重視，同時也是對生命的回顧(life review with music)。

此外也可以選擇聆聽音樂的方式，可以錄音播放(recorded music)，也可以現場演奏(live music)。在聆聽音樂的過程中，除了可以獲得心靈依託和安慰之外，也可以配合音樂作放鬆練習(relaxation)和冥想(meditation)。可藉以調整呼吸，放鬆心情，減緩疼痛所引發的情緒低落及內心焦慮，並進一步增進情緒的穩定性。不但能提高生活的興致，也能提升睡眠的品質，並使患者獲得更充分的休息。

在安寧緩和醫療病房靜養的病患，因個人信仰、價值觀、或人生經驗的不同，面對死亡的態度也有很大的差異。音樂治療除了提供心情上的支持之外，對於其他悲傷痛苦、沮喪絕望的負面情緒，也提供了舒解緩和的管道。

曾有一位高齡 78 歲的男性患者，因結腸癌合併淋巴轉移住院，不大愛說話。他坐著輪椅由家人推進美德病房客廳，聆聽鋼琴的彈奏；當他再回到病房用餐時，據他的家人說，不但食慾增加，而且心情也較愉快。

另有一位中年的肝癌病患，曾做過栓塞治療又復發，併有肺轉移。我記得一個星期六下午，他自己散步到客廳，用心地聆聽演奏。當樂曲結束之後，他高興地說：「聽到音樂的感覺真好!!好像回到家一樣。」並表示：聽音樂時腦子不會一直胡思亂想，患部的疼痛感好像也稍微減輕，原本覺得胸口悶悶的壓迫感也獲得舒解了。

總之，在音樂的安慰之下，希望患者能在精神上獲得放鬆而減輕疼痛，情緒上也能平穩、安定。和家屬的相處互動中，彼此間也能有更多的支持和勇氣。最重要的是維持了病患生命的尊嚴和生活的品質。

由於筆者同時亦兼任清華大學鋼琴社的指導老師，基於上述的理念，在上個學期有許多該社的年輕朋友們響應號召南下台中，或唱歌或彈琴，把他們準備多日的表演節目，呈現給美德病房音樂會。這些聰明善良的大孩子都感到新鮮、有趣、又歡喜，也覺得很有意義。病患、家屬及各界來賓均頗感別開生面而情意綿長。

其實音樂治療並不限於美德病房。本院自今年起在固定時段都會全院廣播莫札特的小夜曲兩樂章，對抒解工作同仁的情緒和壓力不無幫助。如果曲目上能有些變化，或許會更好。合適的曲目很多，例如：韋瓦第的四季小提琴協奏曲，或德弗札克的詼諧曲等。對於隔離病房的SARS病患，或許我們更應該考慮到他們心理心靈層面的需求，音樂不但具有豐沛的精神元素和幻化的情感內涵，並且完全不需要人員的直接接觸。在此「煞」難當頭的時刻，如果史懷哲來到台灣，或許他會為我們彈奏一曲巴哈吧！一如當年在侖巴雷。歡迎院內同仁及各界先進多多指教。