



HUMANITY

人文

9 ~ 12 版

09

医师报

2015 年 9 月 3 日

本版责编：张雨 实习记者：李彤彤
美编：张雨萌
电话：010-58302828-6884
E-mail:songpanzheng@163.com

● 医学与艺术

“好声音”辅助好医生

▲ 贵州省骨科医院 周良胜

现代人快节奏的生活方式，往往带来身心健康的损耗和精神的紧张，从而导致许多疾病的产生，如抑郁症、焦虑症等心理疾病的出现。

而音乐是洗涤心灵的流泉，往往能给人带来美好的联想，给人以积极乐观向上的生活态度，因此在临床上医生渐渐开始采用音乐来作为一种辅助手段为患者治疗疾病。

音乐是种物理能量

所谓音乐疗法，是通过生理和心理两种途径来治疗疾病。音乐的频率、节奏和有规律的声波振动

是一种物理能量，而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、胸腔或一个组织产生共振，这种声波引起的共振现象，会影响人的脑电波、心率、呼吸节奏等。

音乐的保健意义始于新石器时代

中国音乐疗法的历史，可以从遥远的古代追溯到近代，从距今七八千年前的新石器时代出土文物的研究发现，一些图案中已有音乐舞蹈行为，并可以意会到其中的保健治疗意义。

中国的音乐治疗起步比较晚，开始于 20 世纪 80 年代初。1980 年，应中央音乐学院邀请，美国亚利桑那州立大学音乐治疗教授刘邦瑞先生来中国讲学，首次将音乐疗法介绍到国内。1958 年湖南长沙马王堆疗养院建立了中国第一个心理音乐治疗室。在社会需求的推动下，1988 年中国音乐学院成立了音乐治

疗专业，为疗养院和精神病院培养音乐治疗师。1989 年 10 月覆盖 25 个省区市的中国音乐治疗学会成立。1996 年中央音乐学院成立了音乐治疗研究中心，并将现代音乐治疗法和中国传统医学相结合，进行了大量具有中国特色的音乐治疗管理理论和方法的探索。此后，音乐疗法在我国逐渐普及开来。

在净化与坚定中感受音乐治疗

从乐理角度来看，音乐对疾病的作用首先在于它的音程、音色、力度和音频等音乐物理成分对人生理和心理的影响。

在生理方面，音乐声波的机械振动会引起体内器官节律性活动的改变，或加强、或减弱、或趋向同步的节律活动，或使不规律的活动变为有节律的规律性活动，患者倾听温馨舒缓的音乐，能缓和交感神经的过度紧张，达到宣泄感情、放松的效果。

音乐有效地发展了人们的想象力，开拓了人们的认知领域，提高了人

们的领悟水平，有助于潜能的发展，还能使人获得真善美等情感体验。具体的比如说当患病使人与外界的正常联系减少、产生孤独感的时候，音乐是弥补患者这种情感需要的一种良好的手段。即使是一群不同文化背景、互不认识的人，他们没有共同语言，但音乐却可能使他们获得融于一体的感觉。而对于有注意力不集中、小儿多动症症状的人来说，音乐能使人集中精神，积蓄内在力量，协调统一内在目标，改变旧有精神状态，从而增强信心、鼓舞斗志、坚定意志，激发克服困难勇气。并且积极聆听还能使脑电波从 β 波转换为 α 波，从而增强注意力并改善智力结构。

栏目协办：《中国医学人文》杂志



● 医学与文化

32 年熏陶 我骄傲我是协和人

▲ 北京协和医学院 曹兴午

基础与临床的哲学

32 年的协和生涯使我悟出：在协和医学院有一个很大的特点，也是协和的一项优良传统——实验室与临床的结合。

记得 1949 年冯兰洲教授（我国寄生虫学专家）亲自教我如何采集梅毒患者标本，在暗视野显微镜下查看梅毒螺旋体。让我记忆最深刻的是，采取活体标本不能使用酒精消毒，遗憾现在有的医生不明白这一点。

冯兰洲教授经常教导我们：“实验室常常是基础医学范畴，其研究都是基础医学的实验，基础研究的成功，开创了临床的应用。因为我们基础研究是为临床研究服务的，而基础研究的提高与成功，必然促进临床诊断与治疗效果的

提高，并促进整体医学水平的提高。而基础研究又是根据临床需要进行的。”

“一个临床单位，基础研究的成功与否，决定临床治疗的高度。一个人一定要把基础功力打牢、打扎实，基础功力决定你今后的发展方向与是否成功”。这些教导我一生铭刻在心中，毕生在实践。

于常规中发现新奇

我之所以投入人生精细胞学的研究，是因为精液中看到细胞都报告“白细胞”，已经成为检验界的传统，无可非议。我则认为不是“白细胞”，提出来无人理睬，为此，我尽了毕生努力去研究。

我感悟到：要善于在人们忽视的大量重复出现的新奇现象中发现共同规律，要加倍注意违反常规出现的新

奇现象，如此以往都可以有所创造。迟迟不能进入创造过程的人，往往积累带有盲目性，必然效率不高。

开创性的研究是科学研究取得成功的必然途径，是科学研究的核心与精髓，每名研究者必须抓住这一点，开启智慧的灵感，发挥创造性思维，作出创造性的新成果。

协和是让你心灵和想象力展翅飞翔的地方，我们协和人也都奉献我们的心灵和想象力！

困境让强者更强

磨砺是对意志品质的锤炼，是成功的内在因素，困境使弱者退却，使强者奋进！不必过多注意别人的议论，就像走路时不必注意地上的影子。因为它无论你是否注意，它都会随着太阳的变化而变化。我

听到的议论太多了，我的原则是：走自己的路让别人去说吧！

然而，路怎么走，才能走出自己的风格和特色呢？这就要求我们既要有理想、有追求，又要不断调整完善自己，审思慎行，更要为此付出努力、勇气、智慧和力量。人生一世，做好一件事不容易，做一个完美的自己更不容易。社会有公正的舆论和规则，我不是故意标榜独特与新奇。只是由于世俗的压力往往使一些真实进步的事物或思想夭折于新生，从而使我们的生命失去了锐气，失去了弹性，失去了支撑。

与其庸庸碌碌混一辈子，不如高扬起科学梦想的旗帜，活出自己鲜活的生命。我是一个“痴人”，在这里说一篇痴话。



在显微镜下观察的曹兴午教授