

Лечите младенцев музыкой В.А.Моцарта

В последнее время часто приходится слышать и от педиатров и от психологов о том, как полезно малышам слушать музыку.

Конечно, ничего удивительного, ведь еще наши бабушки, чтобы успокоить дитё, пели ему песенки. А есть ли какие-нибудь медицинские исследования на эту тему?

Экскурс в историю

То, что музыка благотворно действует не только на душу, но и на тело, заметили еще древние. Музыкой лечили нервно-психические болезни, в средние века пытались использовать ее как наркоз... Но все эти эксперименты проводились со взрослыми.

Влияние музыки на состояние детей первым в нашей стране начал изучать выдающийся психоневролог В. М. Бехтерев еще в начале XX столетия. Уже тогда было видно: детям полезно слушать классику и колыбельные, что музыка не только развивает детей, но и оздоравливает их.

Не так давно ученые Института педиатрии РАМН решили найти научное обоснование метода музыкотерапии. А самыми первыми пациентами, которые получали лечение музыкой, стали новорожденные отделения недоношенных.

Что показали исследования

У ДЕТЕЙ, пострадавших от недостатка кислорода во время внутриутробного развития, будь они доношенными или недоношенными, как правило, активность ферментов клетки снижена. После того, как младенцам давали прослушивать классическую музыку, активность ферментов клетки у них повышалась. Это показал цитохимический анализ. Младенцам также измеряли артериальное давление, пульс, ритм дыхания. И всюду видели классическую реакцию адаптации: организм приспосабливался к окружающей среде и чувствовал себя лучше.

А может, дети так реагируют на любой звуковой раздражитель - тиканье будильника, разговор? Может быть, гармония и мелодия тут ни при чем?

Исследователи включали младенцам метроном, который отбивал медленный ритм в темпе спокойной музыки. Внешне новорожденные вели себя неплохо: успокаивались, засыпали. Но цитохимический анализ бесстрастно отмечал: на фоне работающего метронома в клетках идет угнетение ферментов.



Это, между прочим, доказательство того, что рок-музыка с ярко выраженным пульсирующим ритмом вредна маленьким детям.

Когда новорожденные покидали стационар, врачи рекомендовали их родителям и дома наряду с массажем, специальной гимнастикой и упражнениями в воде продолжать сеансы музыкотерапии. Родители по-разному относились к такому совету, кто-то потом давал своему ребенку прослушивать музыку, кто-то - нет...

Но когда через год все эти дети прошли обследование в Институте педиатрии, выяснились интересные вещи. Младенцы, которые постоянно слушали классическую музыку, лучше справились с неврологическими нарушениями, чем те, чьи родители не поверили в целебную силу музыкотерапии. Так появилась достоверная статистика.

Какую музыку должны слушать младенцы?

ДЕТЯМ возбудимым, беспокойным полезны мелодии в медленном темпе - "адажио", "анданте". Такими бывают обычно вторые части классических сонат, инструментальных концертов.

Поскольку в начале своих исследований наши врачи опирались на опыт немцев в этой области - в Германии было больше всего литературы по этому вопросу, в их программах преобладала немецкая и венская классика: Моцарт, Шуберт, Гайдн... Потом добавились Вивальди, Чайковский...

Это может быть, к примеру: 2-я часть "Маленькой ночной серенады" Моцарта, "Зима" из "Времен года" Вивальди, дуэт Лизы и Полины из оперы Чайковского "Пиковая дама", колыбельные песни.

Причем мелодия со словами влияет на детей сильнее, чем мелодия без слов. А живое пение - сильнее записанного на диск или кассету инструментального исполнения. И не важно, на каком языке поют, новорожденные прекрасно слушают, например, колыбельную Брамса или Рождественские песнопения на немецком языке.

А для младенцев с синдромом угнетения, которые плохо сосут, иногда даже неритмично дышат, полезны произведения в темпе "аллегро" и "аллегро модерато" Моцарта, Шуберта, Гайдна... Например: вальсы из балетов Чайковского, "На тройке" из его же "Времен года", "Весна" из "Времен года" Вивальди, а также маршевые мелодии.

Сеансы музыкотерапии хорошо влияют и на здоровых, нормально развивающихся малышей. Ведь и их иногда надо успокоить или, наоборот, взбодрить. Вот и можно это сделать с помощью расслабляющей или активизирующей музыки.

Ни в коем случае нельзя давать маленьким детям слушать музыку через наушники. Наши уши природой приспособлены для рассеянного звука. От направленного звука незрелый мозг может получить акустическую травму.

Музыкотерапия противопоказана:

- **Младенцам с предрасположенностью к судорогам.**
- **Детям в тяжелом состоянии, которое сопровождается интоксикацией организма.**
- **Больным отитом.**
- **Детям, у которых резко нарастает внутричерепное давление.**

СЕЙЧАС у родителей большой выбор: они могут покупать CD-диски с классической музыкой в традиционном исполнении или с классикой, аранжированной специально для малышей. Там в ансамбль инструментов введены колокольчики. Кому-то такая аранжировка нравится, кому-то - нет. Вы должны сами увидеть, как реагирует на нее ваш младенец. Но цитохимического тестирования эта манера исполнения не проходила - у лаборатории сейчас нет денег на дорогие реактивы.

А еще продаются записи классической музыки на фоне звуков природы - шума ручья, прибоя, звуков леса... Аудиокассеты так и называются: "Малыш в лесу", "Малыш у моря", "Малыш у реки"... Тоже приятное лекарство.

Слушайте музыку вместе с малышом и расслабляйтесь, ведь и мамам, и беспокойным младенцам просто необходим хороший отдых!