

音樂紓緩癌患焦慮 降疼痛也有效

美國一所大學研究發現，聆聽音樂或是參與音樂製作，不但可紓緩癌症患者的焦慮情緒，對疼痛或化療的副作用也有明顯的幫助。

美國卓克索大學研究人員分析 30 份研究報告，涉及 1891 名人士，包括台灣、伊朗與美國癌症患者，結果發現，聆聽音樂或是投入音樂製作，可紓緩病患的焦慮以及減緩疼痛的感受。研究人員布蕾特表示，這次分析研究後發現，音樂療法在生理反應上也會有影響，包括心跳率與呼吸血壓。