



ЭТО ИНТЕРЕСНО

Музыкотерапия и ее влияние на человека

Музыкотерапия может быть пассивной и активной. Активная – человек сам играет на каком либо инструменте, поет, пассивная – сеансы прослушивания музыки.

В Московском институте традиционной медицины разработаны и активно применяются музыкальные программы: «антистрессовая», «бронхиальная астма», «язвенная болезнь желудка», «гипертония».

Одна из форм музыкальной терапии – активные вокальные упражнения. Установлено, что во время пения возникает особая вибрация внутренних органов. С одной стороны, она помогает диагностике, с другой – активизирует функции дыхания и кровообращения.

В Тамбове проводились исследования влияния музыки на улучшение работы сердца и мозга, в течении которого музыка помогает нормализовать сердечный ритм.

Приборы зафиксировали явную активизацию головного мозга. Максимальный эффект производит духовная музыка, колокольный звон, следствием этот является нормализация сна, снижения уровня тревожности, улучшения памяти и работоспособности.

Доктор медицинских наук, профессор Сергей Ваганович Шушарджан (одновременно и оперный певец) проводил исследования на опухолевых клетках.