

Değer, T.B. (2022). Demans ve Alzheimer'da müzik terapinin etkisi ve Türkiye'deki mevcut durum. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Çalışmaları Dergisi*, 3(2), 267-280.


DERLEME | REVIEW

Başvuru Tarihi: 30/11/2022  
Kabul Tarihi: 20/12/2022

## DEMANS VE ALZHEİMER'DA MÜZİK TERAPİNİN ETKİSİ VE TÜRKİYE'DEKİ MEVCUT DURUM ÖRNEKLERİ

### The Effect of Music Therapy in Dementia and Alzheimer's and the Current Situation in Türkiye

Tahsin Barış DEĞER \*

\* Dr. Öğr. Üyesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gerontoloji Bölümü, drbarisdeger@gmail.com,  0000-0002-4231-0782

#### ÖZ

*Demans; bellek kaybı gibi bilişsel bozulmalar ve ruhsal, davranışsal değişikliklerle kendini gösterir. Demanslı hastalar, hastalığın evreleri ilerledikçe günlük yaşam aktivitelerini yerine getirmede zorluk yaşar ve bakıma muhtaç olurlar. Bu durum hastanın yanı sıra, ailesi içinde zorlu bir süreçtir. Hastalığın tedavisi yoktur ancak, müzik terapinin olumlu etkileri hasta ve bakım verenleri için bir umut kaynağı olmaktadır. Çok eski bir yöntem olan müzik terapi, günümüzdeki gelişen bilimin ışığında, yaşlılık hastalığı olan demansta başarılı bir şekilde uygulanmaktadır. Akademik çalışmalar tüm dünyada hızla artmakta, ancak ülkemizde hala sınırlı çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı; literatürler ışığında müzik terapinin demans hastaları üzerinde faydalarını göstermek, ülkemizde bu alanda çalışılması gereken büyük bir boşluk olduğuna dikkat çekmek ve ülkemizde yaygınlaşması için sosyal politikalara önerilerde bulunmaktır. Sosyal politika olarak; müzik terapinin bir disiplin olarak ülkemizde kabul edilmesi, demans hastaları rehabilitasyon merkezlerinin çoğalması, bu merkezlerde müzik terapinin kullanılmasını artırılması, hasta ailelerinin toplumsal olarak desteklenmesi açısından önerilmektedir.*

**Anahtar Kelimeler:** Demans, müzik terapi, sosyal politika

**ABSTRACT**

*Dementia shows itself with psychological, behavioral changes and cognitive impairments such as memory loss. As the stages of the disease progress, patients with dementia have difficulty in performing their daily life activities and need care. This is a difficult process for the patients as well as their family. There is not treatment in this disease, but Music therapy is a source of hope for patients and caregivers with its positive effects. Music therapy is a very old method, in the light of today's developing science, this method has been successfully applied in dementia, which is the aging disease. Academic studies have been rapidly increasing around the World, but still limited studies in our country. The aim of this study; In the light of the literature, to show the benefits of music therapy on dementia patients, to draw attention that there is a big gap in this field in our country, and to suggest to social policies to make it widespread in our country. As social policy; it is recommended that music therapy is accepted in our country as a discipline, increase the rehabilitation centers for dementia patients, use of music therapy in these centers, and support families of patients socially.*

**Keywords:** *Dementia, music therapy, social policy*

## GİRİŞ

Demans, dikkat ve bellek kaybı gibi bilişsel bozulmalarla, ruhsal ve davranışsal değişikliklerle kendini gösteren nörodejeneratif bir sendromdur (Uçkaç ve Bahar, 2021). Bugün, dünya çapında 50 milyondan fazla insanın demans tanısı ile yaşadığı bildirilmekte, 2050 yılına kadar bu sayının 152 milyona çıkması beklenmektedir. Demansın mevcut yıllık maliyetinin 1 milyar dolar olduğu tahmin edilmekte ve bu maliyetin önümüzdeki 10 yıl içinde ikiye katlanması beklenmektedir (Horstkötter vd., 2021). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Alzheimer Hastalığı Uluslararası Birliği ve G8 Demans Zirvesi, demans ve Alzheimer hastalığını (AH) büyük küresel sağlık sorunları olarak kabul etmiş, öncelik verilmesi ve önlenmesinin önemini vurgulamıştır. Ayrıca DSÖ ve Uluslararası Alzheimer Birliği, oldukça yaygın, damgalayıcı, ekonomik olarak zorlayıcı, bakıcılar için stresli olan Alzheimer hastalığını önleyecek veya tedavi edecek farmakolojik ve farmakolojik olmayan müdahaleleri keşfetmek için demans üzerine çalışmanın önemini vurgulamaktadır (Alzheimer's Association, 2019).

Demans tipleri içerisinde en sık görüleni yaklaşık %60 oranıyla Alzheimer Hastalığı (AH)'dır. AH, ilerleyici bir bilişsel bozulma ve işlevsel yeteneklerin kaybına neden olan davranışsal semptomlarla karakterizedir (Gómez-Gallego vd., 2021). Alzheimer'li hastalar, hastalığın evreleri ilerledikçe günlük yaşam aktivitelerini yerine getirmede önemli derecede zorluk yaşarlar ve yaşam kaliteleri düşer. Bu hastalıkla mücadele eden bireylerin fiziksel ve zihinsel yeteneklerinin ciddi ölçüde etkilendiği göz önüne alındığında bakım verenlerin yüklerinin de buna paralel olarak artış gösterdiği gözlenmektedir. Sonuç olarak Alzheimer hastalığı sadece bireysel bir hastalık süreci olmayıp, aynı zamanda tüm ailenin de beraberinde etkisini hissettiği ve etkilendiği bir durumdur. Ayrıca doğumda beklenen yaşam süresinin artması ile gün geçtikçe Alzheimer hastalığından etkilenen insan sayısı giderek arttığı için önemli bir toplumsal sorun haline gelmektedir (Horstkötter vd., 2021). Bu nedenlerle, hastaların bilişsel, motor ve fonksiyonel becerilerini korumaya odaklanan rehabilitasyon stratejileri ve tıbben tedavisi olmayan bu hastalıkta müzikle terapi gibi non-farmakolojik (ilaçsız) müdahale yöntemleri son derece önem arz etmektedir (Gómez-Gallego vd., 2021).

## MÜZİK TERAPİ

Müzik terapi; bireylerin fiziksel, duygu-durumsal, bilişsel ve sosyal gereksinimlerini karşılamayı hedefleyen ve müziği bir araç olarak belirli bilimsel ilkeler, kurallar ve yöntemler çerçevesinde terapötik amaçla kullanan bir uzmanlık alanı olarak tanımlanmaktadır (Torun, 2018, s: 226). Amerikan Müzik Terapi Birliği'nin 1997 yılında yaptığı tanımlamaya göre; müzik terapi, ihtiyaç duyan bireylerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve zihinsel ihtiyaçlarını karşılamada müziği ve müzik aktivitelerini kullanan bir uzmanlık dalıdır (Çoban, 2005, s: 60).

Müziğin çoklu duyuşsal ve motor beyin şebekelerini harekete geçirdiği, beyinde nöronlar arası bağlantıları geliştirdiği, müzik dinlemek, şarkı söylemek, çalgı çalmak gibi müzikle ilgili tüm eylemlerin beyinde hareket, algı, dikkat, bellek, duygu-durum gibi müzik dışı birçok diğer işlevle yakın bir etkileşim içinde gerçekleştiği bildirilmiştir. Müziği oluşturan işitsel uyarılar motor, duyuşsal ve bilişsel işlemlerin yapıldığı beyin alanlarına ulaşarak hareketleri, duyuşsal algıları ve bilişsel becerileri düzenleme ve pekiştirmeye katkı sağlar. Düzenleyici ve pekiştirici katkılarının ortaya konulması sonucunda, müziğin bir terapi aracı olarak kullanımı, tıp dünyasında giderek daha çok dikkat çeken yeni gelişmelerden birisi olmuştur (Torun, 2016).

### **Tarih Boyunca Müzik Terapi**

Birçok insan, eski zamanlarda atalarının fiziksel, duyuşsal ve ruhsal sağlıklarını iyileştirmek için müziği ilaç olarak kullandıklarına inanıyordu (Lai ve Yip, 2000). Eski Mısır'daki müzik şifacıları hastalık ve şifa kavramlarıyla yakından ilgili zanaatlarını rahipler ve yüksek rütbeli devlet memurlarına uyguluyorlardı. Müzik, Mısırlı rahip-doktorlar tarafından "ruh için fizik" olarak adlandırıldı (Davis vd., 2008). MÖ 1100 dolaylarında İbranice müziğin fiziksel ve zihinsel rahatsızlıkları iyileştirmek için kullanımlarını belgeleyen pasajlar mevcuttur. Diğer yandan Yunan Antik Çağı'nda müziğin karakter ve tavırlar üzerindeki etkisi büyük ölçüde kabul görmüştür. Girit bölgesinde bazı insanlar üzerinde yatıştırıcı ve sakinleştirici etkileri sebebi ile ritim ve müzik okulları kurulmuştur (Thaut, 2015). Akıl hastalığı ile müzik terapi arasındaki ilişki, Roma'da Helenik Tıbbı kuran ilk Yunan hekim olarak tanınan Bithynia'lı Asklepiades (MÖ 124–40) tarafından ortaya konulmuştur. Bithynia'lı Asklepiades bugün moleküler tıp olarak adlandırılan, bir sağlık ve hastalık teorisi ortaya atan tarihteki ilk doktordur ve hastaları karanlık hapisanelerden çıkararak, iş terapisi, sağlıklı beslenme, masaj ve müzik terapisi kullandığı bildirilmektedir (Yapıjakis, 2009). 17. yüzyılda hekim Richard Brocklesby (1749) tarafından müziğin terapötik potansiyeli üzerine büyük incelemeler yapılmıştır. Müzik, melodi, armoni ve ritimden oluşan içsel unsurlarının hareketlerini ve orantılarını dinleyerek beden ve zihin arasındaki içsel uyumu yeniden sağlayabileceğini düşünen Brocklesby, tutkuları düzenleyerek müziğin mani ve diğer akut zihinsel bozuklukları tedavi etmek için önemli bir terapötik araç olabileceğini şiddetle savunmuştur (Thaut, 2015).

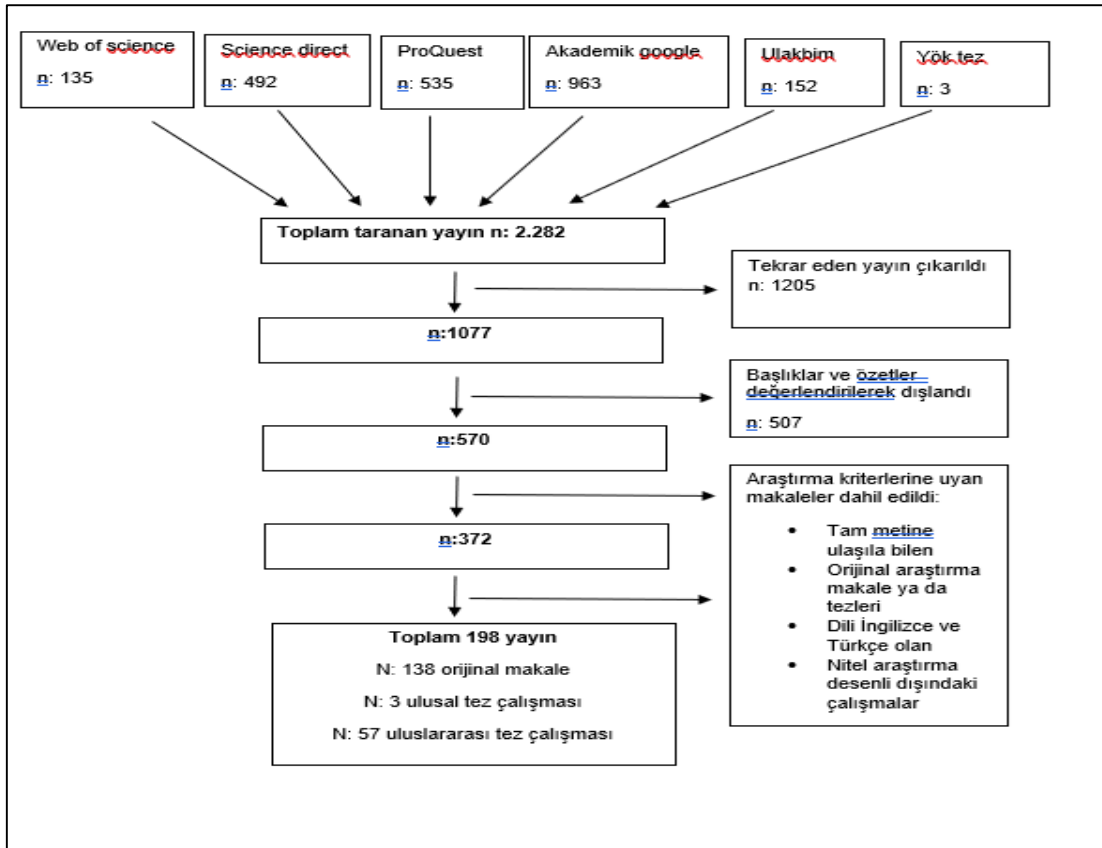
İslam tarihinde müzik ile insanların terapi edilmesi, bundan yaklaşık bin yıl önce Farabi, İbni Sina gibi Türk-İslam hekimleri tarafından psikiyatrik hastaların tedavilerinde kullanılan bir ruhsal destek yöntemi olarak kayıtlara geçmiştir (Somakçı, 2003). Özellikle tasavvuf ekolü mensupları (sufiler) müzikle uğraşmışlar ve insanın ruhi (nefsi) hastalıklardan kurtulup olgunlaşmasına katkıda bulduklarını savunmuşlardır. Musiki biliminde, musiki icrasında, tıpta, astronomide ve fizik biliminde engin bir birikime sahip olan dünyaca ünlü Türk bilgini Ebu Nasr Farabi (M.S. 870-950), müziğin insan bedenine

ve ruhuna etkilerini incelemiştir. Farabi, kanun sazını icat eden kişidir. Dönemin en büyük bilim insanı ve tıp doktorlarından olan İbni Sina (M. S. 980-1037), musiki dinletmenin bir insanın akli ve ruhi dengesini düzeltmenin en etkili yollardan biri olduğunu savunmuş ve çalışmalarında Farabi'ye atıfta bulunmuştur (Çoban, 2005, s: 42-46).

Selçuklu ve Osmanlı dönemlerinde ruhsal sorunları olan hastaların tedavisinde yıllarca bu terapi yönteminin başarı ile uygulandığı bilinmektedir. Selçuklular döneminde 1235 yılında yaptırılan ve bugünkü adıyla Taş Mescid olarak bilinen Cemaleddin Ferruh Şifahanesi ve Darülhadisi, içerisinde müzik ve su sesiyle psikiyatrik hastaların tedavi edildiği ilk merkezlerden biridir. Selçuklular tarafından inşa edilen Amasya Darüşşifası, Kayseri Gevher Nesibe Tıp Medresesi, Divriği Darüşşifası müzik terapinin icra edildiği yerler olarak tarihe geçmişlerdir. Osmanlılar döneminde ise; Edirne'deki II. Bayezid Darüşşifahanesi'nin bu amaçla kullanıldığı bildirilmektedir (Erer ve Atıcı, 2010). 1484 yılında Tunca nehrinin kenarında II. Beyazıt tarafından mimar Hayreddin'e yaptırılan bu yapının akustiği, özellikle müzikle tedavi yapılacağı düşünülerek planlanmıştır. Merkezi sistemle ısıtılan ilk hastane olması bakımından 18. ve 19. yüzyıl hastanelerine örnek teşkil etmiştir (Çoban, 2005, s:55). Sonuç olarak geçmişte ecdadımız tarafından başarılı bir şekilde kullanılan müzikle terapi yönteminde bugün ülkemiz sınıfta kalmış vaziyettedir.

## LİTERATÜR TARAMA YÖNTEMİ

Müzik terapi, günümüzde ABD ve Avrupa devletleri başta olmak üzere dünyanın birçok ülkesinde sadece psikiyatrik hastalıkların tedavisinde değil, fizyolojik birçok hastalığın iyileştirilmesi ve çok farklı hasta gruplarının iyileşme süreçlerinde desteklenmesi amacı ile başarıyla uygulanmaktadır. Demans hastalarında kullanımıyla ilgili son 20 yıl için kapsamlı bir literatür taraması yapılmıştır. Litartür taraması için "müzik terapi", "müzik", "Alzheimer hastalığı", "demas", "music therapy", "music", "Alzheimer's disease", "dementia" anahtar kelimeler ile ulusal ve uluslararası tez ve orjinal makaleler taranmıştır. Tarama için "Web of science", "Scopus", "ProQuest", "Ulakbim", "Yöktez", "Akademik google" platformları kullanılmıştır. 137 adet uluslararası ve sadece 1 adet ulusal orjinal araştırma makalesi, 57 adet uluslararası ve 3 adet ulusal tez çalışması olmak üzere toplam 198 yayına ulaşılmıştır (Şekil 1). Konunun önemi dikkate alındığında uluslararası ölçekte çalışmaların son yıllarda artış gösterdiği, ulusal ölçekte ise bu alanda çalışmanın yok denecek kadar az olduğu göze çarpmaktadır.



Şekil 1. Müzik Terapi, Demans, Alzheimer İlişkili Yayınlanan Araştırma Makalelerin Taranması

### Uluslararası Çalışmaların Derlenmesi

Müzik terapinin demans/Alzheimer hastalarında kullanımı, bilişsel işlevler üzerindeki olumlu etkisi dünyada birçok çalışmada ortaya konulmuştur (Eftychios vd., 2021; Arroyo-Anllo vd., 2019; Lyu vd., 2018; King vd., 2019). Müzik terapinin Alzheimer hastalarında görülen anksiyete ve depresyon belirtilerini hafiflettiği (Orti vd., 2018; Guetin vd., 2009; Onieva-Zafra vd., 2018) ve bu hastalardaki ajite davranışları azalttığı rapor edilmiştir (Cox vd., 2011; Ray vd., 2016; Aghdamizade vd., 2016). Alandaki araştırmaların çoğunluğu, müzik terapinin Alzheimer hastaları üzerindeki anksiyete, depresyon ve ajitasyon seviyelerine olan etkisi üzerinde yoğunlaşmaktadır. Hastaların günlük yaşam aktiviteleri ve yaşam kaliteleri üzerine etkisini ortaya koyan çalışmalar da bulunmakta, bu çalışmalarda da müzik terapinin olumlu etkisi bildirilmiştir (Gallego ve García, 2017; Gomez-Gallego vd., 2021; Zhang ve Liu, 2020). Dolayısıyla bugün dünya genelinde müzik terapinin Alzheimer hastaları üzerindeki etkileri bilimsel olarak birçok çalışma ile ortaya konulmuştur.

**Tablo 1. Müzik Terapinin Alzheimer Hastaları Üzerinde Uygulanmasıyla İlgili Güncel Çalışmalar**

Yayın	Katılımcı	Uygulama	Araçlar	Sonuç
Gallego ve García, 2017	N=42 Hafif/Orta Alzheimer	MTS: 6 hafta (45 dk./12 seans)	MMT, NPE, HADÖ, BE	Bilişsel işlevi uyardı, ruh halini iyileştirdi ve davranış sorunlarını azalttı.
Orti vd., 2018	N=25 Hafif Alzheimer	MTS: 60 dk. / tek seans (önce-sonra)	Tükürük kortizol, HADÖ	Stres seviyesini azalttı. Stres, depresyon ve anksiyete ile kortizol doğrusal ilişkiliydi.
Onieva-Zafra vd., 2018	N=19 Alzheimer	MTS: 2 hafta, ATS: 6 hafta, toplam 8 hafta	GDÖ, Oryantasyon	İleri çalışma önerildi.
Lyu vd., 2018	N=298 Hafif/Orta/ Şiddetli Alzheimer	MTS: 6 ay	NPE, BE, Sözel akıcılık testi	Bilişsel işlevi ve zihinsel sağlığı geliştirmede etkiliydi. Semptom yönetimi için önerildi.
Karam vd., 2019	N=22 Orta/Şiddet li Alzheimer	MTS: 14 gün	Kısa süreli zihinsel durum testi	İran müziği kullanıldı: Bilişsel yetenekler arttı. Konuşma yeteneği arttı.
Arroyo-Anllo vd., 2019	N=30 Hafif/Orta Alzheimer	MTS: 1 hafta (45-60 dk./2 seans)	MMT, HADÖ	Duygusal müzik kullanıldı: Zihinsel durum iyileşti. Kişisel deneyime dayalı müzik önerildi.
Gomez-Gallego vd., 2021	N=90 Alzheimer	MTS: 3 ay (45 dk. /12 seans) Aktif-pasif uyg	MMT, NPE, BE, GDÖ, TÖ	Biliş, davranış ve bağımlılığı iyileştirebileceğini gösterdi.
Zhang ve Liu, 2020	N=73 Alzheimer	Müzik terapi ile sürekli bakım birlikte	YKÖ, GYA, MMT	Dil becerilerini geliştirdi. Kendi kendine bakım yeteneklerini geliştirdi. Klinik öneme sahip bilişsel işlevlerini geliştirdi.
King vd., 2019	N=17 Alzheimer	MTS: 3 hafta	Fonksiyonel MR	Beynin belirginlik ağındaki dikkatli ağ aktivasyonunun senkronizasyonunda gelişmelere yol açtığı bildirildi.

MMT: Mini Mental Test, NPE: Nöropsikiyatrik Envanter, HADÖ: Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği, BE: Barthel Endeksi, TÖ: Tinetti Ölçeği, YKÖ: Yaşam Kalitesi Ölçeği, GYA: Günlük Yaşam Aktiviteleri Ölçeği, MR: Manyetik Rezonans, MTS: Müzik Terapi Seansı, ATS: Anımsama Terapi Seansı

### Türkiye'deki Çalışmaların Derlenmesi

Ülkemizde demans hastaları üzerinde müzik terapinin etkisini gösteren çalışmalar maalesef çok sınırlıdır. Derleme ve bildirimleri çıkardıktan sonra sadece 1 orijinal araştırma makalesi (Özdemir ve Akdemir, 2009) ve 3 tez çalışmasıyla toplam 4 adet ulusal çalışmaya rastlanmıştır. Ülkemizde yapılan çalışmaların içeriği incelendiğinde, müzik terapinin Alzheimer hastaları üzerindeki bilişsel düzeydeki etkisi Mini Mental Test (MMT) ile ölçülmüş, hastaların anksiyete, ajitasyon, depresyon ve uyum seviyeleri üzerindeki etkilerine bakılmıştır. Karadeniz'in (2017) tez çalışmasında, Alzheimer'lı bireylere 16 hafta boyunca haftada bir kez 45 dakikalık müzik terapi uygulaması yapılmış, hastaların anksiyete ajitasyon ve depresyon puanları bakımından çalışma önce ve sonrası zamanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmüştür. Diğer bir tez çalışmasında müzik terapinin 8 seanslık uygulaması sonrasında hastaların MMT puanları ve depresyon seviyeleri üzerinde bir etkisi bulunmamış, ancak sosyal davranışları üzerine olumlu etkisi olduğu görülmüştür (Duran Orłowski, 2021). Duran Orłowski'nin bu çalışmasında çalışma örneklemini Türkiye'deki demans hastaları değil, Almanya'da bir bakımevinde kalan Almanya vatandaşı hastalardan oluşturmuştur. Çalışmada seçilen müzik türleri de doğal olarak örneklemini oluşturan topluluğun kültürüne özgü olmuştur. Kayaaslan'ın (2020) 10 haftalık müzik terapi (tez) çalışmasında ise; yaşlıların MMT puanlarının yükseldiği ve hastalarda uyum güçlüğü'nün azaldığı belirlenmiştir.

Bu yayınlardan başka, müzik terapinin demans ve depresyon hastaları üzerindeki etkisine yönelik ülkemizde TÜBİTAK tarafından desteklenen ve şu anda yürütülmekte olan bir projeye de rastlanmıştır. MİDDEL adı verilen bu proje; Avusturalya, İngiltere, Almanya, Norveç, Hollanda ve Türkiye'nin içinde bulunduğu ortak protokolle yürütülen bir çalışmadır. Projenin uygulaması, ülkemizde Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'na bağlı 4 huzurevindeki yaşlılarla halen devam etmektedir (MİDDEL). Sonuç olarak; ülkemizde bu alanda şiddetle daha fazla araştırmaya ve yayına ihtiyaç bulunmaktadır.

### **BİR DİSİPLİN OLARAK MÜZİK TERAPİ**

Müzik terapi dünyanın birçok ülkesinde ve Avrupa ülkelerinde ayrı bir disiplin olarak kabul görmektedir. Üniversitelerde müzik terapi lisans bölümleri, yüksek lisans ve doktora programları bulunmaktadır. Müzik terapi bölümlerinde temel tıp ve sağlık dersleri, ruh sağlığı ve davranış bilimleri dersleri ve uygulamalı müzik eğitimi dersleri verilmektedir. Buradan mezun olanlar belirli müzik aletlerini çalabilen bireyler olmalarının yanında, staj süresi içerisinde bazı hasta gruplarına müzik terapi uygulayarak mezun olmakta ve müzik terapisti unvanı almaktadır. Ülkemizde ise müzik terapi henüz tam bir disiplin olarak yerini almamıştır. Ancak bu konuda önemli bir adım atılmış, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü bünyesinde müzik terapi tezsiz yüksek lisans programı 11.08.2021 tarihindeki onayla açılmıştır. Kanaatimizce bu adım müzik terapi biliminin ülkemizde gelişmesine katkı sağlayacak önemli bir başlangıç olarak değerlendirilmektedir.



Ülkemizde şu an yürürlükte olan mevzuata göre, 27 Ekim 2014 tarihinde yayınlanan 29158 sayılı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği'ne göre müzik terapi bir disiplin değil, bir uygulama olarak kabul görmektedir. Sağlık Bakanlığı onayıyla açılan kurslarda sertifika alan sağlık meslek mensubu veya müzik bölümü mezunu kişilerin, yine bu sertifikaya sahip bir tıp doktorunun gözetiminde yapabileceği bir uygulama olarak tanımlanmaktadır. Kanaatimizce, apiterapi, hipnoz, fitoterapi, sülük uygulamasıyla eşdeğerde bir uygulama olarak değil; ergoterapi, fizyoterapi, dil ve konuşma terapisi gibi bir disiplin olarak kabul görmesi daha doğrudur. Müzik terapi alanında ülkemizde bilimin ilerlemesinin ancak bu şekilde mümkün olabileceği değerlendirilmektedir.

### **Müzik Terapinin Yaygın Kullanımı ve Dünyada Lisans Eğitimi Veren Okullar**

Ayrı bir disiplin olarak kabul edilen müzik terapi, birçok ülkede yaygın olarak kullanılmaktadır. Almanya özelinde ele alındığında; Almanya'da yatılı Geriatrik Psikiyatri merkezleri bulunmaktadır. Bu merkezlerde hastalara doktor, hemşire, bakıcı ve terapistlerden oluşan bir multidisipliner ekip hizmet vermektedir. Burada sözü edilen terapistler müzik terapisti, sanat terapisti ve ergoterapistlerdir. Bu merkezlerde müzik terapistlerinin hastalara bireysel ve grup seanslarını yapabilmeleri için odalarda ve ortak alanlarda, özel ses sistemi, hoparlör ve müzik terapide kullanılan çeşitli aletler hazır bulundurulmakta, kanıta dayalı olarak müzik terapi seansları hastalara başarılı bir şekilde uygulanmaktadır (Duran Orłowski, 2021, s: 30-32). Almanya'da psikiyatrik hastalıklar, müzik terapinin uygulama alanı bulduğu hastalıklar içerisinde birinci sırada kabul görmektedir. Bu nedenle huzurevleri, yaşlı bakım evleri, geronto-psikiyatri merkezleri başta olmak üzere müzik terapistlerinin istihdam edildiği birçok kurum bulunmaktadır. Ayrıca müzik terapistleri kendi özel kliniklerini açma yetkisine de haizdirler. Almanya'da 1960'lı yıllarda başlayan ve günümüze kadar devam eden tarihsel süreç içerisinde müzik terapi, uygulama alanı buldukça bilimsel araştırmaların arttığı, artan bilimsel araştırma sonuçlarının ışığında ise daha fazla uygulama alanı bulduğu, birbirini sinerjik olarak besleyen bir sürece tanık olmuştur. Bu durum lisans, yüksek lisans ve doktora programlarının yaygınlaşmasına ve alanında iyi yetişen akademisyenlerin mezun olmasına neden olmuştur (Duran Orłowski vd., 2021). İstihdam olanakları gelişmiş ülkelerin çoğunda benzer olmakla birlikte, müzik terapi eğitimi veren okullar Avrupa ülkeleri, ABD, İsrail ve dünyanın birçok ülkesinde yaygındır. Bu eğitimi veren okulların listesi Avrupa Müzik Terapi Konfederasyonu web sayfasında bulunmaktadır (<https://emtc-eu.com/training/training-programs/>).

### **SONUÇ**

Demans, zihinsel, ruhsal ve davranışsal bozukluklarla kendini gösteren bir beyin hastalığıdır. Demanslar içerisinde en yaygın görüleni %60 oranıyla Alzheimer hastalığıdır. Alzheimer tedavisi mümkün olmayan, sadece hastadaki bazı semptomların ilaçlarla hafifletilebildiği bir ileri yaş hastalığıdır. Alzheimer

hastalığı yaşlıyla beraber tüm aile üyelerinin hayatlarını olumsuz yönde etkiler. Müzik terapi ise çok eski tarihlerden beri psikiyatrik hastalıkların tedavisinde kullanılan bir yöntemdir. Günümüzde tıptaki ilerlemeler müzik terapinin bilimsel yöntemlerle hastaların tedavilerinde başarıyla kullanılmasını sağlamıştır. Farklı yaş grupları, çeşitli dezavantajlı gruplar, değişik psikiyatrik bozukluklarda kullanılan müzik terapi, ileri yaş hastalığı olan demans ve Alzheimer'da da uygulama alanı bulmuştur. Özellikle gelişmiş ülkelerde bu alanda çok başarılı uygulamalar bulunmaktadır. Gelişmiş ülkelerde bir disiplin olarak kabul edilmiş ve üniversitelerde program olarak yer bulmuştur. Uluslararası alanda akademik çalışmalar yaygındır ve sonuçları yüz güldürmektedir. Bizim ülkemizde ise bir üniversite lisans programı olarak henüz kabul görmemiş, akademik çalışmalar ise yeni yeni yapılmaya başlanmıştır. Özellikle demans hastaları özelinde akademik çalışma yok denecek kadar azdır. Bu durum ülkemizdeki akademisyenler için büyük bir fırsatı da beraberinde getirmektedir. Bilimsel çalışmalar arttıkça, ülkemizde müzik terapi yaygınlaşacak, yaşlılara yönelik hizmet veren kamu ve özel kurumlarda daha fazla uygulama alanı bulacak, sonuçta sadece hastalar değil, aileleri de desteklenecek ve toplum refahı artacaktır.

## **ÖNERİLER**

### **Sosyal Politikaya Ödevler**

Öncelikle, ülkemizde müzik terapi bir uygulama değil, gelişmiş ülkelerde olduğu gibi bir disiplin olarak kabul edilmeli, lisans düzeyinde eğitim veren bölümler açılmalıdır. Bu bölümlere üniversite sınavında belirli bir puanın üstünde alan bireylerin katılabileceği, müzik temel yeterliliği olan, enstrüman çalabilen bireyler arasından öğrenci seçimi yapılmalıdır. Bu bölümlerin profesyonel manada müzik terapisti yetiştirip mezun edebilmeleri için alanda doktora yapmış akademisyenlere ihtiyaç bulunmaktadır. Bu ihtiyaç şimdilik yurtdışından karşılanmalı, zaman içerisinde ülkemizde lisans, yüksek lisans ve doktora eğitimleriyle akademisyen açığı kapatılmalıdır. Sadece eğitim vermek için değil aynı zamanda bu alanda bilimsel çalışmaların artırılması ve daha ileri araştırmaların yapılması için de bu elzemdir.

Bu bilimin gelişmesi sadece demans ve Alzheimer hastaları için değil, diğer fizyolojik ve psikiyatrik rahatsızlıkları olan birçok hasta grubu için de gereklidir. Çünkü müzik terapinin çocuklardan yaşlılara, engellilerden kronik hastalara, gelişim bozukluklarından iletişim ve davranışsal bozukluklara kadar çok geniş bir uygulama alanı bulunmaktadır. Konumuz itibarıyla demans hastaları özelinde incelendiğinde, metin içerisinde ayrıntılı yer verildiği üzere demans hastaları üzerinde olumlu etkileri akademik çalışmalarla ortaya konulmuştur. Ülkemizde yaklaşık 600 bin civarında Alzheimer hastası bulunmakta (Türkiye Alzheimer Derneği), bu sayının önümüzdeki 50 yıl içerisinde 2,5 milyona ulaşacağı beklenmektedir (Taneli, 2017, s: 205). Alzheimer hastalığının tüm demanslar içerisinde en sık rastlanan demans türü olduğu ve tüm demansların yaklaşık %60-70'ini oluşturduğu verisinden yola çıkarak

ülkemizdeki demans tanısı almış birey sayısının bir milyon civarında olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Nüfusun demografik değişimi sonucunda her geçen yıl yaşlı nüfusun daha da arttığı ve bu artışın önümüzdeki yıllarda da katlanarak devam edeceği bilgisinden hareket edildiğinde önümüzdeki yıllarda demans hasta sayısının da katlanarak artış göstereceği kaçınılmazdır. Vasküler demans dışındaki birçok demans türünün, özellikle de Alzheimer tipi demansın progressiv (ilerleyici) ve ilaçlarla geri döndürülemeyen özelliğinden dolayı müzik terapi gibi kanıta dayalı faydaları olan bir yöntemin bu hasta grubu üzerinde yaygın kullanımının sağlanması sosyal politikaların en önemli ödevlerinden biri olmalıdır. Bu politikanın yaygınlaştırılmasının sadece demans hastalarına değil aynı zamanda hastaya bakım veren aile üyeleri üzerindeki yükü hafifleteceği, dolayısıyla ailenin ve buna bağlı toplumun refahı için son derece faydalı olacağı unutulmamalıdır. Bu alanda bilime destek verilmeli, araştırmaların önü açılmalıdır. Özellikle yaşlı sağlığı çalışan akademisyenlerle müzik terapistlerinin ortaklaşa proje geliştirmelerine olanak sağlayan kamusal finans destek çağruları yayınlanmalıdır. Kalkınma Ajansları, TÜBİTAK, AB destekli çalışmalar teşvik edilmelidir. Ulusal demans eylem planı oluşturulmalı ve yayınlanmalıdır. Demans konusunda toplumu ve özellikle de hastaların ailelerini bilgilendirici eğitimler düzenlenmelidir. Son yıllarda ülkemizde bazı belediyeler tarafından açılan Alzheimer ve Demans Hastaları Gündüz Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri'nin sayısının çoğaltılması için yerel yönetimlere özel kaynaklar sağlanmalıdır. YADES olarak adlandırılan, yaşlı hizmetleri yapan büyükşehir belediyelerine kaynak sağlayan projenin, kapsamı genişletilerek daha küçük ölçekteki belediyelere de kaynak sağlamanın önü açılmalı ve yerel yönetimlere yaşlı hizmetlerini yaygınlaştırmaları için bakanlıklar tarafından destek sunulmalıdır. Açılan bu demans merkezlerinde bilimsel yöntemlerle uygulanacak müzik terapi uygulamalarına başlanmalıdır. Bunun için yetişmiş müzik terapistlerinin istihdamı sağlanmalıdır. Bu politika, hastanın, ailesinin ve toplumun refahı için en büyük yatırımdır. Sufi İnyat Khan'ın dediği gibi, "müzik insanı önce kendisiyle, sonra diğer insanlarla, ardından evrenle bütünleştiren en etkili araç ve en kısa yoldur". Sosyal politikanın ödevi bu yolu açmak olmalıdır.

#### **ARAŞTIRMACININ KATKI ORANI**

Yazar çalışmaya tam katkı sağlamıştır.

#### **ÇATIŞMA BEYANI**

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**KAYNAKÇA**

- Aghdamizade, S., MohammadiShahbelaghi, F., Nourozi, K., Rezaikooshalshah, S. F., Farzi, M. (2016). The impact of individualized music therapy on the behavior of agitation in elderly patients with Alzheimer living in nursing homes, *Journal of Health Literacy*, 1(2), 100-108.
- Alzheimer Association. (2019). 2019 Alzheimer's disease facts and figures report. <https://www.alz.org/media/documents/alzheimers-facts-and-figures-2019-r.pdf>  
Son erişim tarihi: 05.09.2022
- Arroyo-Anlló, E. M., Dauphin, S., Fargeau, M. N., Ingrand, P., Gil, R. (2019). Music and emotion in Alzheimer's disease, *Alzheimer's Research & Therapy*, 11(1), 11, Article 69
- Cox, E., Nowak, M., Buettner, P. (2011). Managing agitated behaviour in people with Alzheimer's disease: the role of live music, *British Journal of Occupational Therapy*, 74(11), 517-524.
- Çoban, A. (2005). Müzikterapi. İstanbul: Timaş Yayınları
- Davis, W. B., Gfeller, K. E., Thaut, M. H. (2008). *An introduction to music therapy: Theory and practice (3<sup>rd</sup> edition)*. ERIC. American Music Therapy Association
- Duran Orłowski, D. (2021). Müzik terapinin demans tanılı geriatrik psikiyatri hastalarında duygudurumu, bilişsel ve sosyal davranışları üzerindeki etkileri, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müzikoloji Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Duran Orłowski, D., Can, Ü. K., Bağcı, H. (2021). Almanya'da müzik terapi alanında gerçekleştirilen bilimsel yayınların incelenmesi (2010-2019) . *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 14(33), 266-286.
- Eftychios, A., Nektarios, S., Nikoleta, G. (2021). Alzheimer disease and music-therapy: An interesting therapeutic challenge and proposal, *Advances in Alzheimer's Disease*, 10(1), 1-18.
- Erer, S., Atıcı, E. (2010). Selçuklu ve Osmanlılarda müzikle tedavi yapılan hastaneler, *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 36 (1) 29-32
- Gallego, M. G., García, J. G. (2017). Music therapy and Alzheimer's disease: Cognitive, psychological, and behavioural effects, *Neurología (English Edition)*, 32(5), 300-308.
- Gomez-Gallego, M., Gomez-Gallego, J. C., Gallego-Mellado, M., Garcia-Garcia, J. (2021). Comparative efficacy of active group music intervention versus group music listening in Alzheimer's disease, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15), 11, Article 8067.
- Guetin, S., Portet, F., Picot, M. C., Pommie, C., Messaoudi, M., Djabelkir, L., Olsen, A. L., Cano, M. M., Lecourt, E., Touchon, J. (2009). Effect of Music Therapy on Anxiety and Depression in Patients with Alzheimer's Type Dementia: Randomised, Controlled Study, *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*, 28(1), 36-46
- Horstkötter, D., Deckers, K., Köhler, S. (2021). Primary prevention of dementia: An ethical review, *Journal of Alzheimer's Disease*, 79(2), 467-476

- Karadeniz Şahin, E. E. (2017). Demans - Alzheimer hastalarında farklı müzik terapi uygulamalarının zihinsel, psikolojik, anksiyete ve ajitasyon etkileri üzerine karşılaştırmalı çalışma, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Musikisi Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi
- Karam, R. A., Rad, M. Y., Rad, M. Y. (2019). Effects of Iranian music on the improvement and treatment of alzheimer disease and its speech-related disorders in the elderly [Article]. *International Transaction Journal of Engineering Management & Applied Sciences & Technologies*, 10(15), 10, Article 10a15c.
- Kayaaslan, B. (2020). Alzheimer hastaları'nda müzik terapi'nin bilişsel işlevler ve uyum düzeyi üzerine etkisi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi
- King, J. B., Jones, K. G., Goldberg, E., Rollins, M., MacNamee, K., Moffit, C., Naidu, S. R., Ferguson, M. A., Garcia-Leavitt, E., Amaro, J., Breitenbach, K. R., Watson, J. M., Gurgel, R. K., Anderson, J. S., Foster, N. L. (2019). Increased functional connectivity after listening to favored music in adults with Alzheimer dementia, *Jpad-Journal of Prevention of Alzheimers Disease*, 6(1), 56-62.
- Lai, M. T., Yip, L. C. R. (2000). *Content analysis of selected primary music textbook series*. In Cheng, Y. C., Chow, K. W., Tsui, K. T. (Eds.) *School curriculum change and development in Hong Kong* (Sayfa 412-423), Hong Kong: The Hong Kong Institute of Education.
- Lyu, J. H., Zhang, J. N., Mu, H. Y., Li, W. J., Champ, M., Xiong, Q., Gao, T., Xie, L. J., Jin, W. Y., Yang, W., Cui, M. N., Gao, M. L., Li, M. (2018). The effects of music therapy on cognition, psychiatric symptoms, and activities of daily living in patients with Alzheimer's disease, *Journal of Alzheimers Disease*, 64(4), 1347-1358.
- MİDDEL (Music Interventions for Dementia and Depression in ELderly Care). <https://www.middel-project.eu/project/middel-in-turkey/> Erişim tarihi: 26.09.2022
- Onieva-Zafra, M. D., Hernandez-Garcia, L., Gonzalez-del-Valle, M. T., Parra-Fernandez, M. L., Fernandez-Martinez, E. (2018). Music intervention with reminiscence therapy and reality orientation for elderly people with Alzheimer disease living in a nursing home: A pilot study, *Holistic Nursing Practice*, 32(1), 43-50.
- Orti, J. E. D., Garcia-Pardo, M. P., Iranzo, C. C., Madrigal, J. J. C., Castillo, S. S., Rochina, M. J., Gasco, V. J. P. (2018). Does music therapy improve anxiety and depression in Alzheimer's patients?, *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 24(1), 33-36.
- Ozdemir, L., Akdemir, N. (2009). Effects of multisensory stimulation on cognition, depression and anxiety levels of mildly-affected Alzheimer's patients, *Journal of the Neurological Sciences*, 283(1-2), 211–213
- Ray, K., Dassa, A., Maier, J., Davis, R., Ogunlade, O. (2016). Caring for individuals with dementia on a continuum: an interdisciplinary approach between music therapy and nursing, Update on

dementia, 428-447. <https://www.intechopen.com/chapters/52006>

Son erişim tarihi: 05.09.2022

- Somakçı, P. (2003). Türklerde müzikle tedavi, *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(15), 131-140.
- Taneli, B. (2017). *GeroPsikiyatri. İçinde Tufan, İ ve Durak M. (Eds.) Gerontoloji*. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Thaut, M. H. (2015). Music as therapy in early history, *Progress in Brain Research*, 217, 143-158.
- Torun, Ş. (2016). Müziğin beynimizdeki yolculuğu, *Osmangazi Tıp Dergisi*, 38(1), 66-70
- Torun, Ş. (2018). *Yaşlılıkta nörolojik temelli durumların bakım ve rehabilitasyonu*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları
- Türkiye Alzheimer Derneği. <https://www.alzheimerderneği.org.tr/haberler/> Erişim tarihi: 26.09.2022
- Uçkaç, K., Bahar, L. (2021). Demanslı yaşlı hastaların bakımı ve mesleki yeterlilikler, *Sağlık Bilimlerinde Eğitim Dergisi*, 3 (1), 45-59.
- Yapıjakis, C. (2009). Hippocrates of Kos, the father of clinical medicine, and Asclepiades of Bithynia, the father of molecular medicine, *In Vivo*, 23(4), 507-514.
- Zhang, S. Y., Liu, M. (2020). The effects of continuing care combined with music therapy on the linguistic skills, self-care, and cognitive function in Alzheimer's disease patients, *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 13(12), 9621-9627.

