

Проблема влияния музыкального воздействия на здоровье человека

Значительное влияние на человека оказывает звуковая среда. Ученые отмечают ухудшение здоровья подрастающего поколения в результате техногенного и информационного загрязнения окружающей среды (усталость от шума и вибрации, распространение информационных патогенных, в том числе звуковых факторов). Одной из наиболее важных тем для исследования в области звуковой пространственно-временной среды является исследование механизмов музыкального воздействия на психосоматическое здоровье человека.

В современных исследованиях раскрыты лечебные свойства звука на основе вибрационного воздействия (А.Крамер). В работах Л.Х. Гаркави, Е.Б. Квакиной, Т.С. Кузьменко показано, что музыкальные произведения, построенные на основе «золотого сечения» (шедевры классической музыки), действуют по принципу малых (информационных) воздействий и оказывает на организменном уровне поддержание сверхустойчивости биологической системы клеточного уровня организации.

Физиологическое воздействие музыки на человека основано на том, что нервная система, мускулатура обладает способностью усвоения ритма (А.А. Осипов). Музыка как ритмический раздражитель стимулирует физиологические процессы организма, происходящие ритмично. В исследованиях В. Тесленко показаны возможности применения музыкальной гармонизирующей физиотерапии на пациентов с целью профилактики и лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата, нервной, иммунной, эндокринной и дыхательной систем. В исследованиях Энн Блад показано, что эмоциональные ответы на приятную и неприятную музыку коррелируют с активностью паралимбических отделов мозга. Э.А. Голубевой выявлена взаимосвязь между музыкальной ритмической пульсацией и биотоками мозга.

Позитивное использование музыкотерапевтического метода для нормализации функционального состояния новорожденных показано в исследованиях Г.В. Яцык. В результате систематического прослушивания детьми музыкальных произведений, исследователь наблюдал изменения неврологического статуса новорожденных: улучшение соматических и функциональных показателей, оживление и восстановление рефлексов врожденного автоматизма, нормализация частоты дыхания и частоты сердечных сокращений.

Общее гармонизирующее, профилактическое и лечебное воздействие музыкальных звуков на психосоматическое состояние человека показано в исследованиях И.М. Догеля и И.М. Сеченова. Авторы доказали стимулирующее воздействие маршевой музыки на мышечную

работоспособность солдат. Мелодии, доставляющие человеку радость, стимулируют силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов и нормализуют артериальное давление, раздражающая музыка дает противоположных эффект (И.Р. Тарханова). Л. Демлинг исследовал изменения кислотности желудочного сока в процессе прослушивания симфонических произведений. Н.А. Чичереной показано, что музыка (звук, извлекаемый из разных музыкальных инструментов) является средством против стрессов и усталости, повышает жизненный тонус, работоспособность и иммунитет, стимулируют функционирование мышечной, пищеварительной и респираторной систем организма. Н.Н. Захарова, В.М. Авдеева отмечают функциональные изменения в центральной нервной системе при восприятии музыки. Ими были установлены изменения потока возбуждения в кортико-таламических и кортико-лимбических кругах в процессе восприятия музыкальных произведений. В исследованиях Н.А. Фудина, О.П. Тараканова, С.Я. Классиной доказано позитивное влияние музыки в состоянии стресса, повышение тонуса головного мозга, активизация целенаправленной деятельности. Исследования И.В. Темкина показывают изменения вегетативных реакций организма в зависимости от характера музыки. В.А. Бианки, П.А. Шарапова отмечают повышение эффективности физиологических процессов, усиление эмоционального возбуждения, внимания, активизации центральной нервной системы, стимулирования мышечной деятельности, увеличение работоспособности.

Таким образом, исследования последних лет показывают многофункциональное использование музыки, происходит осмысление культурного феномена — музыка на разных уровнях. Исследование механизмов музыкального воздействия на здоровье человека требует дальнейшего детального изучения.