

Tartu Tervishoiu Kõrgkool

Õe õppekava

Emilia Korn, Valeria Kuznetsova

MUUSIKA KASUTAMINE DEMENTSUSEGA PATSIENTIDE HOOLDAMISEL

Lõputöö

Juhendaja: Merle Varik, MSc, lektor
Tartu Tervishoiu Kõrgkool

Tartu 2020

Käesoleva lõputöö on autorid koostanud iseseisvalt. Kõik töös kasutatud teiste autorite, kirjandusallikate ja muudest allikatest pärinevad andmed on nõuetekohaselt viidatud.

Lõputöö autorite allkirjad:

Kuupäev20....a.

Otsus kaitsmisele lubamise kohta:

Juhendaja:

.....
.....

/nimi ja akadeemiline kraad/ /allkiri/

Kuupäev.....20....a.

KOKKUVÕTE

Lõputöö “Muusika kasutamine dementsusega patsientide hooldamisel” koostajateks on Emilia Korn ja Valeria Kuznetsova. 2020. Tartu Tervishoiu Kõrgkool.

Vaatamata sellele, et muusika on mujal maailmas levinud ja tunnustatud, on see siiski Eesti tervishoiu- ja sotsiaalhoolekande süsteemis veel tagasihoidlikult kasutuses. Lõputöö eesmärgiks on kirjeldada muusika kasutamise võimalusi ja mõju dementsusega inimestele.

Lõputöö on teoreetiline, kasutatakse teaduskirjanduse ülevaade meetodit. Allikate valimisel lähtusid töö autorid, sellest et allikas on eesti- või ingliskeelne, sisaldab teaduspõhist informatsiooni, vastama uurimistöö eesmärgile või vähemalt ühele uurimisülesandele, ning on ilmunud ajavahemikul 2009 - 2019, kokku on kasutatud 45 allikat, millest 30 on teadusartiklid, kuus lõpu- või magistritööd, üks raamat, ravijuhend ning taustainformatsiooni organisatsiooni kodulehtedelt.

Lõputööst ilmneb, et muusikateraapia on dementsusega inimeste hoolduses tunnustatud mittefarmakoloogiline sekkumine, kuhu kuulub muusika kuulamine, laulmine, pillimängimine, improviseerimine, mida rakendavad nii väljaõppinud muusikaterapeutid kui ka tervishoiutöötajad. Erinevad muusikalised sekkumised vähendavad apaatiat, agitatsiooni, käitumishäired ja ärevust. Samuti muusika aktiveerib aju terviklikult ja eriti tuttav muusika aktiveerib episoodilist mälu. Seepärast tuleb julgustada tervishoiu töötajaid rohkem kasutama muusikat toetus ravis (hoolduses).

Võtmesõnad: *muusika, muusikateraapia, dementsus, heaolu*

ABSTRACT

This research paper about “The use of music in care of patients with dementia” was conducted by Emilia Korn and Valeria Kuznetsova. 2020. Tartu Health College.

Despite the fact that music therapy is widespread and recognised elsewhere in the world, it still remains modest in use in the Estonian Health and social care system. The purpose of the thesis is to describe the opportunities and effects of music use for people with dementia.

Graduation thesis is theoretical, used in the scientific literature review method. In selecting sources, the authors of the work based on the fact that the source is in Estonian or English language, contains scientific information, comply with the purpose of the research or at least one investigative function, and has appeared in the period 2009-2019, a total of 45 sources, 30 of which are scientific articles, six bachelor or master's, one book, a treatment guide, and background information on the organization's websites.

The thesis reveals that music therapy is a non-pharmacological intervention recognized in the care of people with dementia, which includes listening to music, singing, playing, improvisation, implemented by both skilled music Health professionals. Various musical interventions reduce apathy, agitation, behavioral disorders and anxiety. Also, music activates the brain in a holistic manner, and particularly familiar music activates occasional memory. Therefore, it is necessary to encourage healthcare workers to use music support in the treatment (maintenance).

Keywords: *music, music therapy, dementia, wellbeing.*

SISUKORD

KOKKUVÖTTE.....	2
ABSTRACT.....	3
1. SISSEJUHATUS.....	5
2. UURIMISTÖÖ METOODIKA JA EETILISED ASPEKTID.....	7
3. MUUSIKA RAKENDAMISE TEHNIKAD JA VÕIMALUSED DEMENTSUSEGA INIMESTE HOOLDAMISEL.....	9
4. MUUSIKA MÕJU DEMENTSUSEGA INIMESTELE.....	12
5. ARUTELU.....	15
6. JÄRELDUSED	18
7. ALLIKALOEND.....	19
LISAD.....	26
LISA 1. Uurimistöös kasutatud teadusartiklite väljavõtuleht.....	26

1. SISSEJUHATUS

Lähtuvalt Maailma Terviseorganisatsiooni prognoosidele suureneb dementsusega inimeste arv 2030. aastaks kahekordseks ning 2050. aastaks kolmekordseks, saavutades kokku veidi üle 130 miljoni juhtumi (Prince jt 2015; WHO 2012). Linnamägi jt (2017) tõdevad, et kui dementsuse levimus maailmas on tõusudententsiga, siis Eestis on see sündroom aladiagnoositud ning moodustab ligikaudu ainult 10% tegelikest juhtudest. Dementsuse Kompetentsikeskuse andmetel võiks Eestis hinnanguliselt elada ligikaudu 21 720 dementsusega inimest (Dementsuse kompetentsikeskus i/a).

Levinumateks dementsussündroomi põhjustavateks haigusteks on Alzheimeri tõbi, vaskulaarne dementsus, frontotemporaalne dementsus ning Lewy kehakeste dementsus. Paraku on olemas ainult haiguste sümptomaatiline ravi ning seetõttu rõhutatakse mittefarmakoloogiliste sekkumiste (Linnamägi jt 2017) ning nii elanikkonna kui ka tervishoiu- ja sotsiaalhoolekande valdkonnas töötavate spetsialistide teadlikkuse tõstmise osatähtsust (WHO 2012).

Üheks maailmas tunnustatud mittefarmakoloogiliseks sekkumisviisiks on muusika kasutamine dementsusega inimeste toimetuleku säilitamiseks ning toetamiseks, et tagada inimese psühho-sotsiaalne heaolu (Arroyo-Anllo jt 2019, Gibson jt 2017, Cho 2018, Batt-Rawden 2019, Swedberg - Yinger 2018, Elliot jt 2016, McDermott jt 2014, Hsu jt 2015, Petrovsky jt 2015). Muusika hõlmab endas erinevaid elemente nt rütm, heli, meloodia ning mis mõjuvad positiivselt meeleolule (Wang jt 2018, Goris jt 2016, Osman jt 2016, Wall 2010, Hsu jt 2015, Mandzuk jt 2018), aitavad esilekutsuda mälestusi (Gibson jt 2017, Schneider 2018, Matilla 2008, Shibazaki jt 2017, Moreira jt 2018), soodustavad suhtlemist (Osman jt 2016, Gulliver jt 2019; McDermott jt 2014, 2016; Moirera jt 2018, Hammar jt 2010, Evans jt 2017, Mandzuk jt 2018) ning sotsiaalset aktiivsust (Wang jt 2017, Camic jt 2011, Lin jt 2011, Garabedian 2019). Mitmed uuringud on kinnitanud muusika tulemuslikku mõju Alzheimeri tõvega patsientide kognitsioonile (Wall jt 2010, Matilla 2018) ning käitumisprobleemidele (Mendes jt 2018; Moreira jt 2018; McDermott jt 2014; Weise jt 2018; Petrovsky jt 2015; Wall jt 2010, Wang jt 2018, Wang jt 2017, Cheung jt 2018).

Muusika aitab parandada ka dementsusega inimeste unekvaliteeti ning vähendada apaatiat ja ärevust (Wang jt 2018, Goris jt 2016, Osman jt 2016, Mendes jt 2018, Wall 2010, Petrovsky jt 2015). Vaatamata sellele, et muusikateraapia on mujal maailmas levinud ja tunnustatud, on see siiski Eesti tervishoiu- ja sotsiaalhoolekande süsteemis veel tagasihoidlikult kasutuses (Luik 2016). Kohv (2018) magistritööst selgus, et muusika avaldab positiivset mõju eakate inimeste kognitiivsetele võimetele ja meeleolule. Tartu Tervishoiu Kõrgkooli tudengid kirjeldasid oma lõputöös muusika kasutamist vähihaigete patsientide toetusravis, ning tõdesid, et muusikal võib olla kasulik mõju ärevusele, meeleolule ja seeläbi üldisele elukvaliteedile (Laigna ja Mäetaga 2016). Eelnevad uurimused on andnud üldjoontes ülevaate muusikateraapiast, kuid lõputöö autoritele teadaolevalt ei ole tehtud teemakohaseid uurimusi või lõputöid, mis keskenduksid eelkõige dementsusega inimestele. Samas on näiteks Käsper (2019) ja Tilga (2019) lõputööde raames muuhulgas rõhutanud, et muusika kasutamisel on positiivne mõju dementsusega inimestele ning see on tunnustatud mittefarmakoloogiline sekkumisviis.

Sotsiaalministeeriumi tellimusel viidi 2018.aastal läbi ekspertanalüüs dementsusega inimeste füüsilise keskkonna kohandamise kohta kümnes Eesti hoolekandeadatus, kus muuhulgas tõdeti, et dementsusega inimeste toimetuleku ja identiteedi säilitamiseks ning tema psühho-sotsiaalse heaolu tagamiseks ei kasutatud selleks üheski hooldekodus muusikat (Heinmets jt 2018). Weiss jt (2018) rõhutavad, et muusika kasutamine hõlmab endast uuenduslikku ja efektiivset sekkumist, mida saab edukalt kasutada töötamisel dementsusega inimestega. Seetõttu peaksid tervishoiutöötajaid rohkem kasutama muusikat dementsusega inimeste hoolduses (Goris jt 2016, Cho 2018, Wang jt 2017, Ugur jt 2016).

Meie lõputöö eesmärgiks on kirjeldada muusika kasutamise võimalusi ja mõju dementsusega inimestele. Eesmärgi saavutamiseks on püstitatud järgmised ülesanded:

1. Kirjeldada muusika kasutamise võimalusi, mida rakendatakse töös dementsusega inimestega
2. Kirjeldada muusikaga seonduvat mõju dementsusega inimeste heaolule.

2. UURIMISTÖÖ METOODIKA JA EETILISED ASPEKTID

Lõputöö koostamisel kasutati kirjanduse ülevaate meetodit, mis sisaldab strateegiat uurimistöö läbiviimiseks sh kirjandusallikate otsinguks (uurimisprobleem, otsingusõnad, andmebaasid), allikate läbitöötamist alates kokkuvõtte lugemisest ning saadud tulemuste analüüsimist ja üldistamist (Randolph 2009). Kirjanduse ülevaate meetod valiti seetõttu, et see võimaldab saada ülevaate mujal maailmas tunnustatud mittefarmakoloogilise sekkumisviisi rakendamise ja mõjust dementsusega inimestele, sest on piisavalt tõenduspõhiseid ja teemakohaseid kirjandusallikaid. Töö autoritele teadaolevalt on muusika kasutamise teema dementsusega inimeste hoolduses Eestis veel tagasihoidlik, kuid lähtuvalt rahvusvahelisele kogemusele, on see perspektiivikas suund millele tähelepanu pöörata ning mida arendada.

Tõenduspõhiste allikate otsinguks kasutati järgmisi andmebaase: *PubMed*, *EBSCOhost* (*CINAHL*, *Medline*), *BioMed Central*, tervishoiukõrgkoolide raamatukogu *RIKSWEB*, Tallinna Ülikooli Raamatukogu *ETERA*, Tartu Ülikooli andmebaasi *ESTER* ja *DSpace*, samuti otsingumootorit *Google Scholar*. Otsingusõnadena kasutati järgnevaid sõnu ja nende omavahelisi kombinatsioone: *music* (muusika), *music therapy* (muusikateraapia), *dementia* (dementsus), *impact of music* (muusika mõju), *music intervention* (muusika-alased sekkumised), *wellbeing* (heaolu) ja *quality of life* (elukvaliteet).

Lõputöö koostamiseks määratleti otsitavate allikate avaldamise perioodiks ajavahemik 2009 - 2019. Otsiti eesti- ja inglise keelseid teadusartikleid, magistri- ning lõputöid. Lisaks kasutati ka teemakohaseid ja rahvusvaheliselt tunnustatud organisatsioonide kodulehti. Teadusartiklite kriteeriumiteks olid lisaks eelpool nimetatud ajaperioodile ka artikli eelretsenseeritus ja tasuta kättesaadavus täistekstina. Kasutatavad allikad pidid sisaldama teaduspõhist informatsiooni, vastama uurimistöö eesmärgile või vähemalt ühele uurimisülesandele. Kirjandusele seatud kriteeriumitest lähtuvalt sisestasime otsingusõnad andmebaasi otsingusse või otsingumootorisse. Allikate valikul lähtusime sobilikust artikli või magistri- /lõputöö pealkirjast, ilmumisaastast, kokkuvõttest.

Märksõnade sisestamisel saime algselt 4811 tulemust. Andmebaasidest osutusid lõputöö eesmärgile vastavateks lõpuks 54, mis läbi töötati. Lõputöö koostamisel tegime kordusotsingu ning kaasasime saadud uuemaid artikleid või need, mida ei olnud võimalik täistekstina eelnevalt kätte saada või mis saime juhendajalt. Lõputöös on kokku kasutatud 45 allikat, millest 30 on teadusartiklid, kuus lõpu- või magistritööd, üks raamat, ravijuhend ning taustainformatsiooni organisatsiooni kodulehtedelt.

Teadusartiklite valimisel vaatasime kas allikas vastas eelpool nimetatud kriteeriumitele, kontrollisime täisteksti kättesaadavust ja salvestasime selle arvutisse. Seejärel lugesime esmalt kokkuvõtte, seejärel töötasime läbi artikli tervikteksti seda lugedes, markeerides olulised kohad, tõlkisime need ning refereerisime. Sarnase sisuga allikad koondasime lõikudesse, analüüsisime ja liigendasime neid ning seejärel struktureerisime teksti lähtuvalt uurimisülesannetest.

Autorid panustasid lõputöö koostamisse võrdselt ning omavaheline koostöö sujus väga hästi. Koondasime artiklid ning lõputöö tekstifailid *GoogleDrive* keskkonda, mis võimaldas neile igal ajal juurdepääsu ning kus saime ka mõtteid vahetada ning ühiselt otsustada lõikude paigutuste üle. Lõputöö koostamise erinevates etappides saatsime selle juhendajale, kelle suunamisel tegime töösse täiendusi või otsisime juurde lisateavet.

Lõputöös kasutatakse artikleid, mis on eelretsenseeritud ning täistekstidena kättesaadavad. Allikaid analüüsisides ja refereerides jälgiti, et autori mõte ei muutuks. Kirjandusallikatest tehtud refereeringud on korrektselt viidatud nii tekstisisesele kui ka kantud allikaloendisse. Lõputöös kasutatud teadusartiklite usaldusväarsuse kinnitamiseks on lisatud 11-leheküljeline väljavõtuleht, kus on kajastatud kõik töös kasutatud 30 teadusartiklit (Lisa 1).

3. MUUSIKA RAKENDAMISE TEHNIKAD JA VÕIMALUSED DEMENTSUSEGA INIMESTE HOOLDAMISEL

Kirjandusallikad toovad välja seoses muusika rakendamisest töö dementsusega inimestega nii muusikateraapia mõiste (Wang jt 2018, Wall jt 2010, Ugur jt 2016), muusikaga seonduvad sekkumised (interventions) (Wang jt 2017, Shibazaki jt 2017, Lin jt 2011, Goris jt 2016, Weise jt 2018) kui ka muusika kasutamise (Elliot jt 2016, Gibson jt 2007, Matilla 2018, Mandzuk jt 2018, McDermott jt 2014, Hammar jt 2010) mõisted. Kuigi muusikateraapiaga tegelevad väljaõppinud muusikaterapeutid, rõhutatakse interdistsiplinaarse meeskonna kaasatuse osatähtsust (Cho 2018, Ugur jt 2016, Hsu jt 2015, Batt-Rawden 2019). Muusikaga seonduvaid sekkumisi viivad läbi aga erinevad spetsialistid sh õed, tegevusterapeutid, hooldustöötajad jne (Cho 2018, Ugur jt 2016, Hsu jt 2015, Batt-Rawden 2019)

Cho (2018) viis läbi Ameerika Ühendriikides uuringu, kus osalesid 52 dementsusega inimest, kes olid 67-99 aastased. Käesoleva uuringu eesmärgiks oli võrrelda kahe erineva tehnika kasutamise mõju dementsusega inimeste heaolule. Üks dementsusega inimeste grupp (n= 26) osales laulude laulmisel ja teine grupp (n=26) kuulas muusikat. Uuringu tulemustes toodi välja, et kui laulmise juhendamist viib tavapäraselt läbi muusikaterapeut, siis muusika kuulamist saavad korraldada ning läbi viia kõik tervishoiutöötajad. Samuti laulsid näiteks õed, kellel polnud muusikateraapiaalast koolitust, kui osutasid dementsusega inimestele igapäevaseid hooldustoiminguid. Nad täheldasid, et dementsusega inimesed olid rahulikamad ning vähem segaduses, samuti olid nendega kerge saada kontakti ja suhelda. Cho (2018) tõdes, et õdede laulmine tegevuste saatel vähendas dementsusega inimeste ärevust ja stressi.

McDermott jt (2014) intervjuerisid erinevaid sihtrühmi: hooldekodus elavaid dementsusega inimesi (n=12), nende pereliikmeid (n=15) ning haiglas viibivaid dementsusega inimesi (n=4), hooldustöötajaid (n=14) ja muusikaterapeute (n=8). Uuringu eesmärgiks oli arendada dementsusega inimestele sobivat muusika kasutamise teoreetilist mudelit. Uuringus leiti, et muusikapõhised sekkumised, sealhulgas muusikateraapia, laulurühmad ja muusika kuulamine, on laialt levinud ja tunnustatud sekkumisviisid suurendamaks või tagamaks dementsusega inimeste heaolu. Muusikat saab nautida üksi või koos teistega ning muusika on kasutatav isegi sügava dementsusega inimeste puhul. Dementsusega seonduvalt halvenevad kognitiivsed funktsioonid, samas kui muusika äratundmise võime on säilinud. Seetõttu võib muusika olla oluline vahend suhtlemise toetamiseks (Gulliver jt 2019; Lin 2011; McDermott jt 2014; 2016; Moirera jt 2018).

Ugur jt (2016) viisid läbi Türgis uuringu, milles osalesid 64 hooldekodu elavat eakat inimest ning mille eesmärgiks oli selgitada välja muusika kuulamise mõju depressioonile ja vererõhule. Tulemustes selgus, et muusika vähendab depressiooni ja süstoolset vererõhu kõigil eakatel sh ka dementsusega inimestel. Autorid tõdesid, et muusika kuulamine on tõhus meetod, mille kaudu saavad õed hooldekodudes vähendada eakate masendust ja depressiooni.

Tuttava muusika kuulamine võib esile kutsuda meeldivaid mälestusi ja emotsioone ning mõjub seetõttu hästi meeleolule ja elukvaliteedile. Schneider (2018) tõdeb, et nendel dementsusega inimestel, kes saavad kuulata oma lemmikmuusikat, on taaselustunud lühiajaliselt suhtlemisvalmidus, mis omab positiivset mõju nende heaolule. Kulibert jt (2018) selgitas oma uuringus, et tuttava muusika kuulamine rahustas dementsusega inimesi. Mõned reageerisid muusikale füüsiliselt (käte liigutamine, sõrmedega koputused jne).

Lin jt (2011) viisid Hiinas läbi eksperimendi. Uuringusse haarati 104 õendushooldekodus elavat dementsusega eakat, kellest 100 ka edukalt selle uuringu läbisid. Uurijad moodustasid eksperimentaalgrupi (n= 49) ja kontrollgrupi (n= 51). Eksperimentaalgrupile viidi läbi 12 muusikalise sekkumise grupiseansi, mis kestsid 30-minutit ja toimusid kaks korda nädalas kuue järjestikuse nädala kestel. Samal ajal osales kontrollgrupp tavalistes igapäevastes tegevustes. Uuringu eesmärgiks oli selgitada kas muusika mõjub rahustavalt agressiivsele käitumisele. Uurijad tõdesid, et muusikateraapia aitab kaasa dementsusega inimeste vahelisele sotsiaalsele aktiivsusele, soodustab lõõgastumist ja vähendab agitatsiooni.

Muusikat saab kuulata mitte ainult haiglas või hooldekodus, vaid ka kontserditel. Shibasaki jt (2017) viisid läbi Inglismaal ning Jaapanis uuringu, kus osalesid kokku 53 uuritavat, kelle seas oli nii dementsusega inimesi (n=16/n=11), pereliikmeid (n=8/n=5) ning personaliliikmeid (n=13). Personal ning pereliikmed käisid uuringu kestel koos dementsusega inimestega kokku 22 kontserdil. Uuringust selgus, et dementsusega inimesed said aru lauludes kasutatud huumorist ning jätsid meelde lihtsamad laulusõnad. Tõdeti, et dementsusega inimestel, kellel on piiratud suhtlemise oskused, märgati uuringu kestel muusikalise mälu tekkimist. Täheldati, et isegi raskema dementsuse faasis olevad inimesed on võimelised ära tundma erinevate muusikapalade mustreid nagu tempot, dünaamikat, stiili ja rütmi.

McCabe jt (2013) tutvustasid oma uuringus Šoti Ooperi muusikalise projekti hindamise tulemusi. Projekt hõlmas dementsusega inimesi ja nende hooldajaid, keda kaasati muusikalise lavastuse väljatöötamisse, kirjutamisse, kujundamisse ja esitamisse. Projektis osalesid ka professionaalsed ooperilauljad ja koreograafid. Tegevused hõlmasid proove ja etendusi. Dementsusega inimesed ja nende hooldajad tõdesid, et projektil oli positiivseid tulemusi, sealhulgas nimetati suurenenud enesekindlust, paranenud füüsilist vastupidavust ning seda, et kogeti midagi uut. Peamine aspekt, mida nende uuringute järel dustes rõhutati, olid positiivne mõju nii dementsusega inimestele kui ka nende hooldajatele. Nad veetsid lõbusalt aega ning nautisid muusika ja laulu kaudu ühistegevusi.

Alzheimeri ühing töötas välja standartiseeritud teenuse "*Singing for the Brain*" (SftB), mida rakendatakse kogu Suurbritannias. Rühma tegevuses osalevad muusik, dementsusega inimesed ja nende hooldajad (ehk lähedased). Seansi ajal kogunevad hooldajate ja patsientide paarid ringi ja järgivad muusiku juhiseid. Isegi kui igapäevased tegevused pole dementsusega inimestele enam võimalikud, stimuleerib SftB nii füüsilist kui ka emotsionaalse sideme tekkimist, millele on mõju nii dementsusega inimesele kui ka hooldajale. SftB eesmärgiks on parandada elukvaliteeti, suhtlemist ja sotsiaalset kaasatust ning tugevdada dementsusega inimese ja lähedase vahelisi suhteid (Osman jt 2016). Ward jt (2015) järel dasid, et SftB saab edukalt korraldada laulmissessioone inimestele dementsusega ja mäluprobleemidega, need inimesed naudivad osalemist, leides, et see on lõbus ja kaasahaarav protsess. Samuti nagu SftB töötati välja Alzheimeri tõve ühingu poolt Inglismaal "*My Musical Memories Reminiscence Programme*" (MMMRP) programmi eesmärgiga parandada dementsusega inimeste ja nende pereliikmete elukvaliteeti. Evans jt (2017) uuringu eesmärgiks oli selgitada MMMRP mõju dementsusega inimestele. Uuringu tulemused näitavad, et programm mõjutas osalejaid positiivselt, edendades kaasatust, mälu ja sotsiaalset suhtlust.

Camic jt (2011) viisid läbi Inglismaal uuringu, kus uuriti lähedaste ja dementsusega inimeste partnerluse mõju teineteisele 10 nädala jooksul. Uuringus osales 10 paari kus lähedastel ning dementsusega inimestele võimaldati teha koos 90 minuti jooksul tegevusi kusjuures tegevuste puhul keskenduti pigem dementsusega inimeste tugevustele kui nõrkustele. Tulemustes selgus, et ühine tegevus suurendab nii lähedaste kui dementsusega inimese heaolu. Näiteks leiti, et laulmine rühmades võib soodustada inimestele dementsustel jätkata tegevustega, mille nad olid eelnevalt katkestanud (Camic jt 2011).

4. MUUSIKA MÕJU DEMENTSUSEGA INIMESTELE

Võime muusikat tajuda, kogeda ja toota on põhimõtteliselt inimlik omadus, mis esineb erinevates kultuurides (Arroyo-Anllo jt 2019). Muusikateraapia on muusika kasutamine terapeutilise eesmärgiga ning muusika on väga efektiivne mittefarmakoloogiline sekkumisviis dementsusega inimeste heaolu tagamiseks (Elliott jt 2016, Hsu jt 2015). Muusikateraapia on dementsusega inimeste hoolduses tunnustatud mittefarmakoloogiline sekkumine, kuhu kuulub muusika kuulamine, laulmine, pillimängimine, improviseerimine, mida rakendavad nii väljaõppinud muusikaterapeutid kui ka tervishoiutöötajad (Cho 2018, Ugur 2016). Muusika abil saab oluliseks musitseerimise protsess, mitte niivõrd esteetiliselt kaunis muusikaline tulemus. Tähtis on mida inimene musitseerimise ajal kogeb, milliseid tundeid, mõtteid, kujutluspilte jm musitseerimine temas äratav, mida ta muusikast ära tunneb. Iga heli võib olla suure tähendusega. Helid, mida instrument tekitab, tulevad impulssidest, mida inimene suunab ning muusika peegeldab inimesele tagasi temas toimuvat (Pehk 2010).

Muusikapõhised sekkumised, sealhulgas muusikateraapia, laulurühmad ja muusika kuulamine, on üldtunnustatud dementsusega inimeste psühholoogilise heaolu suurendamise jaoks. Muusikat on stimuleeriv vahend, mida saab nautida üksi või koos teistega isegi raske dementsuse korral (Mattila 2018). Matthewes (2015) tõdes, et muusikateraapiat võib läbi viia kodus, hooldekodus või haiglas ning nii individuaalselt kui ka grupiseanssidena. Sobiva tehnika rakendamiseks tuleb lähtuda nii konkreetsest indiviidist kui ka dementsuse staadiumist. Algava ja mõõduka dementsusega inimene säilitab mälestusi lauludest mida nad varasemalt teadsid. Dementsusega hooldekodu elanikud ja nende perekonnad on tegevuste hulgas tähendusrikkaks nimetanud muusika kuulamist, laulmist ja tantsimist (McDermott jt 2014, Batt-Rawden jt 2019). Cheung jt (2018) uuringutulemused tõid välja, et agitatsiooni juhtimisel võib olla abi nii muusika sekkumisest kui ka erinevatest ühiskondlikest tegevustest.

Schneider (2018) rõhutab, et kuna progresseeruva dementsuse diagnoosiga haiguste puhul puudub senini efektiivne farmakoloogiline ravi, siis on olulisel kohal eelkõige mittefarmakoloogiliste sekkumiste rakendamine, sealhulgas muusika kasutamine dementsusega inimeste heaolu tagamisel. Goris jt (2016) selgitasid oma uuringus, et erinevad muusikalised sekkumised vähendavad apaatiat dementsusega inimestel ning seepärast tuleb julgustada tervishoiutöötajaid rohkem kasutama muusikat toetusravis ja hoolduses.

Mattila (2018) rõhutab, et muusika on „mineviku väravaks“, sest mälestused on sageli seotud muusikaga. Lapseeas kuulatud laulu kuulamine võib seostuda mitmete mälestustega sellest ajast. Tuttav muusika aktiveerib need aju osad, mis on seotud episoodilise mälu ja need aju osad on säilitanud võime töötada teistest kauem. Peamiselt sellel põhjusel saavad dementsusega inimestel, kellel on häiritud kognitiivsed ja verbaalsed oskused, niinimetatult töödelda talle tuttavat muusikat. Muusika võib endiselt tuua erinevaid emotsioone isegi sügava dementsuse faasis isegi kui teised sensoorsed stiimulid enam ei mõju. Samuti annavad erinevad muusikalised etendused kestvamaid ning olulisemaid mälestusi ja kogemusi dementsusega inimestele ja nende pereliikmetele. Shibasaki jt (2017) uuringus tõdesid pereliikmed, et muusika stimuleeris dementsusega lähedaste mälestusi, laiendas vestluste teemasid ning seetõttu kogesid omastehooldajad küllastuste sisukust.

Muusika mõjub positiivset ka dementsusega inimeste käitumisele. Wang jt (2018) tegid kirjanduse ülevaate (n=35), mille eesmärgiks oli teada saada kas muusika kuulamine võib vähendada dementsusega inimeste agitatsiooni, käitumishäired ja ärevust. Selgus, et muusika kuulamine vähendab käitumisprobleeme, depressiivseid sümptomeid, agitatsiooni ja agressiooni. Samuti on muusikal positiivne mõju dementsusega inimeste emotsionaalsele heaolule. Wall jt (2010) kirjanduse ülevaate artiklist, kus nad töötasid läbi 2003-2009 aastatel avaldatud 13 artiklit. Eesmärgiks oli uurida, kuidas muusikateraapia mõjutab dementsusega inimeste käitumist. Nad tõdesid, et muusikateraapia parandas patsientide toidu tarbimist ja vähendasid dementsusega kaasnevat käitumuslikki ja psühholoogilisi sümptomeid: ärevust, agressiooni, uitamist, rahutust ja ärritatavust. Samuti leiti positiivne mõju kognitiivsetele ja mootorsetele funktsioonidele ning paranes dementsusega inimeste elukvaliteet. Matthewes (2015) kirjutab, et rütmilise muusika tähtsus sõltub sellest, et rütmiline vastus võib tekkida, kui puudub vajadus neurokognitiivse töötlemise keerukate tasemete järele. Sellise kortikaalse töötlemise võime võib olla tõsiselt vähenenud, kuid kuna aju mootorikeskus on funktsionaalselt terve ja neurodegeneratsioon on seni suhteliselt puutumata, võib muusika pulseerivaid elemente kogeda.

Batt-Rawden (2019) kirjeldab muusikalist sekkumist, mis kannab nimetust „*Myskja model*“ ning põhineb Norra doktor Myskja uurimistöö tulemustele, kus hooldekodudes integreeriti hooldusesse muusika. Tema eesmärk oli välja töötada muusikaline sekkumine dementsusega inimestele, kasutades selleks laulmist ja muusika rakendamist hooldusprotsessis. Sekkumise

tulemustena tõdeti, et muusika vähendas dementsusega inimeste probleeme ning tulemuslik on selle kasutamine igapäevaselt, et suurendada nende inimeste heaolu. Samuti on oluline, et kaasatakse võimalusel muusikaterapeut, kes kogu protsessi toetaks ja koordineeriks. (Batt-Rawden 2019). Hammar jt (2010) uuringu eesmärgiks oli teada saada kuidas laulmine ja muusika kuulamine mõjutab hooldajaid, kes tegelevad dementsusega inimestega. Hooldajad laulsid dementsusega inimestele igapäevase hommikuse hoolduse ajal. Uuringu tulemustena tõdeti, et muusika mõjutab positiivselt nii dementsusega inimesi, kui ka hooldajaid. Hooldajad märkasid, et laulmine teeb neid endid rõõmsaks ning põhjustab ka dementsusega inimestes positiivseid emotsioone.

Muusika positiivset mõju saab seega edukalt rakendada dementsusega inimeste õendusabis ning võib olla ühendavaks lüliks, et saavutada näiteks kontakti dementsusega inimesega, kes enam verbaalselt ei suhtle. Tervishoiu- ja sotsiaalhooldekande spetsialistid, kes teevad kõige tihedamat koostööd dementsusega inimestega, on hakanud teadvustama muusika potentsiaali, et panustada kaugelarenenud dementsusega inimeste elukvaliteedile (Garabedian 2019). Muusikal on teiste ravimeetoditega kombineerimisel positiivne mõju ning spetsialistid teevad interdistsiplinaarset koostööd, et koguda täiendavaid andmeid, täiustada tehnikaid ja meetodeid, mis viitaksid muusika tõenduspõhisusele. (Batt-Rawden 2019).

Harris jt (2018) viisid läbi uuringu Ameerika Ühendriigis, kuhu olid kaasatud dementsusega inimesed koos oma pereliikmetega ja tudengid, kes õppisid John Carroll ülikoolis ning kes kõik osalesid koorilaulus. Selle uuringu eesmärgiks oli vähendada üliõpilastel tekkida võivate negatiivsete hoiakute esinemist dementsusega inimeste suhtes ja anda dementsusega inimestele ja nende pereliikmetele võimalus suhelda kolledži üliõpilastega ning õpetada neile dementsusega elatud kogemusi. Uuringu käigus selgus, et laulukoor on hea koht dementsusega inimestele sõbralikku kogukonna loomiseks. Läbi nende sotsiaalsete sidemete tundsid dementsed inimesed end kaasatuna, teretulnuna, väärtustatuna ja austatuna. Samuti oli kooris osalemine võimalus pereliikmetele veeta aega oma lähedastega ja tugevdada omavahelisi suhteid.

ARUTELU

Käesolev lõputöö kirjeldab muusika kasutamise võimalusi dementsusega inimeste hooldamisel ning selle mõju dementsusega inimestele. Lõputöö autorite arvates saavad nii tervishoiutöötajad kui ka dementsusega inimeste lähedased teada käesoleva lõputöö lugemisel muusika kasutamise võimalustest dementsusega inimeste hooldusprotsessis ning selle positiivsest mõjust. Arvestades asjaolu, et progresseeruva dementsuse diagnoosiga haigustele ei ole olemas veel ravimeid, mis haigusest terveks raviks, siis on olulisel kohal mittefarmakoloogilised sekkumised sh muusika kasutamine (Arroyo-Anllo jt 2019, Linnamägi jt 2017, Gibson jt 2017, Cho 2018, Batt-Rawden 2019, Swedberg - Yinger 2018, Goris jt 2016, Elliot jt 2016, McDermott jt 2014, Hsu jt 2015). Tulemused näitavad, et muusika rakendamisel hooldusprotsessis patsientide vajadus ravimite järele väheneb ning kaebused leevenduvad (Batt-Rawden 2019).

Muusikat kui kultuurinähtust on kasutatud kogu inimajaloo vältel hinge- ja füüsiliste kaebuste leevendamisel ning ravimisel (Luik 2016). Uurimistöös selgub, et muusikalised sekkumised on näidanud tõhusat tulemust erinevat tüüpi dementsusega patsientide üldise käitumis- ja kognitiivsete sümptomite ravis (Moreira jt 2018). On leitud positiivset mõju nii laulmisest kui ka muusika kuulamisest. Läbitöötatud allikad rõhutasid nii laulmise (Cho 2018, Shibazaki jt 2017, Goris jt 2016, McDermot jt 2014, Batt-Rawden jt 2019, Matthewes 2015, Camic jt 2011, Osman jt 2016, Hammar jt 2010, Ward jt 2015, Evans jt 2018), kui ka muusika kuulamise positiivset mõju dementsusega inimeste heaolule (Cho 2018, Hsu jt 2015, Garabedian 2019, Matthewes 2015, Wang jt 2018, Wall jt 2010, Mattilla 2018, Goris jt 2016, McDermot jt 2014, Batt-Rawden jt 2019, Ugur jt 2016, Schneider 2018). Töötades läbi erinevaid allikaid, leidsime me ainult ühe uurimuse, kus rakendati laulmise ja muusika kuulamise tehnikat erinevatele gruppidele. Samas ei leidnud me allikaid mis oleksid uurinud muusikatehnikate erinevusi ja mõju. Kuna see ei olnud ka käesoleva töö eesmärk, siis seetõttu ei pruukinud meie kirjandusallikates olla võrdleva sisuga uurimusi. Töö autorid arvavad, et seda teemat võiks edasi uurida järgnevate lõputööde raames.

Eelnevates peatükkides viidatud uurimustest selgus, et muusika kuulamine avaldab positiivset mõju käitumuslikele probleemidele, vähendab depressiivseid sümptomeid, agitatsiooni ja agressiooni, ning tõstab dementsusega inimeste meeleolu ja elukvaliteeti. Näiteks Schneideri

(2018) uuringust selgus, et tuttava, eelistatava muusika kuulamine parandab dementsusega inimeste psühholoogilist ja sotsiaalset toimimist, suurendab nende heaolu ning taaselustab suhted omastega. Batt-Rawden (2019) ja Hammar jt (2010) oma uuringutes tulid järeldusele, et muusika kasutamine igapäevases hoolduses avaldab positiivset mõjut nii inimestele dementsusega, kui ka hooldajatele. Samuti on leitud, et muusika on tõhus mittefarmakoloogiline sekkumine unekvaliteedi parandamiseks.

Erinevad autorid on kirjeldanud, et muusikateraapia mõjutab dementsusega elanikkonna hulgas positiivselt abstraktset mõtlemist (st oskust käsitleda mõisteid) ja mälu, edendab dementsusega inimeste kaasatust, meeldejäämist ja sotsiaalset suhtlust (Elliot jt 2016, Evans jt 2017). Osman jt (2016) on kirjeldanud et laulmine võib parandada elukvaliteeti, suhtlemist ja sotsiaalset kaasatust ning tugevdada dementsusega inimese ja lähedase vahelisi suhteid. Selleks oli näiteks Suurbritannias asutatud *Singing for the Brain*. Samuti aitab laulmine suurendada dementsusega inimeste kindlustunne ja paneb neid proovima teha neid tegevusi, millest and on loobunud. Oleme arvamusel, et *Singing for the Brain* rakendamine on väga hea mõte ning võiks ka Eestis sarnast mudelit luua. Samuti oli väga huvitav oli lugeda Harris jt (2018) Ameerika Ühendriikides läbiviidud sekkumisest kus ühises laulukooris osalesid nii dementsusega inimesed, lähedased ja üliõpilased. Arvame, et sellised ühistegevused oleksid oodatud ka Eestis.

Muusikat kuulata ja laulda saab nii individuaalselt, kui ka gruppides. Lin jt (2011) ning Camic jt (2011) panid tähele, et kooslaulmine parandab dementsusega inimeste vahelist sotsiaalset läbikäimist ning soodustab lõõgastumist. Osman jt (2016) lisas, grupis laulmine tekitab dementsusega inimestel ning nende hooldajatel omavahelist emotsionaalset sidet. On leitud, et personaliseeritud muusika kuulamine, avaldab rohkem positiivset mõju, näiteks Kulibert jt (2018) oma uuringus kirjeldavad seda, et dementsusega inimesed ja hoolduspartnerid tegid tähelepanekuid selle osas, kuidas isikupärastatud muusika mõjus dementsusega inimestele rahustavalt ja tekitas nendes positiivseid tundeid.

Erinevad autorid on kirjeldanud, et muusikaga seotud sekkumisi võib läbi viia mitte ainult muusikaterapeut, vaid ka teised tervishoiutöötajad (Cho 2018; Ugur 2016). Cho (2018) tuli

oma uuringus järeldusele, et muusikaterapeudid ja muud tervishoiutöötajad on rakendanud muusika laulmist ja kuulamist dementsusega inimeste hoolduses erinevatel viisidel. Arvame, et ka Eestis võiks tunduvalt rohkem kasutada muusikat dementsusega inimeste hooldusprotsessis ning miks ka mitte hooldekodudes kõikide eakate puhul, et tekiks positiivsed emotsioonid.

Samas ei ole Eestis süsteemselt rakendatud ega uuritud võimalikke muusikalisi sekkumisi. Arvame, et edaspidiselt võiks ka uurida missuguseid muusikaga seonduvaid sekkumisi saaksid läbi viia õed ning missuguste tehnikate jaoks on vaja muusikaterapeudi oskusi. Matthewes (2015) tõdes, et muusikateraapiat võib läbi viia kodus, hooldekodus või haiglas ning nii individuaalselt kui ka grupiseanssidenä ja sobiva tehnika rakendamiseks tuleb lähtuda nii konkreetsest indiviidist kui ka dementsuse staadiumist. Soovitusena võiks edaspidi uurida ka erinevaid võimalusi mida saaksid rakendada ka omastehooldajad oma kodus elava dementsusega lähedase jaoks. Samuti võiks lähtuvalt dementsuse staadiumist uurida selleks sobivaid sekkumise meetodeid.

JÄRELDUSED

1. Töös dementsusega inimestega kasutatakse muusikaga seonduvatest võimalustest muusika kuulamist, laulmist, pilli mängimist või improviseerimist. Muusikaalaseid sekkumisi viiakse läbi nii individuaalselt kui ka gruppides ning sihtrühmana võib kaasata ka dementsusega inimeste lähedasi. Sobiva tehnika rakendamiseks tuleb lähtuda nii konkreetsest indiviidist kui ka dementsuse staadiumist.

Muusikateraapiat viib läbi muusikaterapeut, kes võib kaasata tegevustesse teisi tervishoiutöötajaid, samas kui muusikaga rakendamist ning muusikaga seonduvaid sekkumisi saavad edukalt ellu viia igapäevases hooldusprotsessis nii õed kui ka hooldustöötajad.

2. Muusikaga seonduvate võimaluste rakendamine on tõhus mittefarmakoloogiline sekkumine, mis mõjub dementsusega inimeste heaolule positiivselt, kusjuures ühised tegevused omastehooldajatega omavad positiivset mõju nii dementsusega inimesele kui ka tema lähedasele, parandades sealjuures ka nende omavahelisi suhteid.

Muusikaga seonduvad sekkumised vähendavad dementsusega kaasnevat käitumislikke ja psühholoogilisi sümptomeid, näiteks ärevust, agressiooni, uitamist, rahutust ja ärritatavust. Samuti mõjub positiivselt dementsusega inimeste kognitsioonile, aitab parandada unekvaliteeti ning vähendada apaatiat, masendust ja depressiooni.

Muusikaga seonduvad tegevused mõjuvad positiivselt dementsusega inimeste meeleolule ja aitavad esilekutsuda erinevaid mälestusi, toetavad suhtlemist ning seepärast tuleb julgustada tervishoiutöötajaid rohkem kasutama muusikat toetusravis ja hoolduses.

ALLIKALOEND

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(69):1-11
doi:10.1186/s13195-019-0523-y

<https://alzres.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13195-019-0523-y> (17.12.19)

Batt-Rawden, K., Sund, M. (2019). Systematic Use of Music as an Environmental Intervention and Quality of Care in Nursing Homes: A Qualitative Case Study in Norway. *Medicines (Basel)* 6(1): 12. DOI: 10.3390/medicines6010012

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6473613/> (17.12.19)

Camic, P. M., Williams, C. M., Meeten, F. (2011). Does a 'Singing Together Group' improve the quality of life of people with a dementia and their carers? A pilot evaluation study. *Dementia*, 12(2):157–176. DOI: 10.1177/1471301211422761

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24336767> (17.12.19)

Cheung, S. K. D., Lai, C. K. Y., Wong, K. Y. F., Leung, M.C.P. (2018). Is music-with-movement intervention better than music listening and social activities in alleviating agitation of people with moderate dementia? A randomized controlled trial. *Dementia* 0(0): 1–13. DOI: 10.1177/1471301218800195 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30235949> (02.01.2020)

Cho, H. K. (2018). The Effects of Music Therapy-Singing Group on Quality of Life and Affect of Persons With Dementia: A Randomized Controlled Trial. *Frontier in Medicine*, 5:279. DOI: 10.3389/fmed.2018.00279 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6232901/> (17.12.19)

Dementsuse Kompetentsikeskus. (i/a). Dementsuse statistika Eestis.

<https://eludementsusega.ee/statistika/> (02.01.20)

Elliott, M., Gardner, P. (2016). The role of music in the lives of older adults with dementia ageing in place: A scoping review. *Dementia* 17(2):199-213. DOI: 10.1177/1471301216639424 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26993049> (17.12.19)

Evans, S. C., Garabedian, C., Bray, J. (2017). Now he sings. The My Musical Memories Reminiscence Programme: Personalised interactive reminiscence sessions for people living with dementia. *Dementia* 0(0):1–18. DOI: 10.1177/1471301217710531

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1471301217710531> (04.01.2020)

Garabedian, C. E., (2019). Dementia: When music is the only way in – An emergency intervention: Innovative Practice. *Dementia* 0(0): 1–5. DOI: 10.1177/1471301219835078

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1471301219835078> (17.12.19)

Gibson, G., Sixsmith, A. (2007). Music and the wellbeing of people with dementia. *Aging & Society*, 27:127–145. DOI: 10.1080/13607863.2013.875124

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4066923/> (17.12.19)

Goris, E.D., Ansel, K.N., Schutte, D.L. (2016). Quantitative systematic review of the effects of non-pharmacological interventions on reducing apathy in persons with dementia. *Journal of Advanced Nursing* 72(11):2612-2628. DOI: 10.1111/jan.13026

https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/134246/jan13026_am.pdf?sequence=1&isAllowed=y (17.12.19)

Hammar, L. M., Emami, A., Engström, G., Göttel, E. (2010). Finding the key to communion – Caregivers’ experience of ‘music therapeutic caregiving’ in dementia care: A qualitative analysis. *Dementia* 10(1): 98–111. DOI: 10.1177/1471301210392994

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1471301210392994> (03.01.20)

Harris, P., Caporella, C. (2018). Making a university community more dementia friendly through participation in an intergenerational choir. *Dementia* 0(0):1–20 DOI: 10.1177/1471301217752209

<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1471301217752209?journalCode=dema> (05.01.20)

Heinmets, H., Rull, M., Varik, M., Tuur, M., Niilo, L., Bachmann, T. (2018). Hoolekandeesutuses dementsusega inimeste füüsilise keskkonna kohandamise ekspertanalüüs. MTÜ Elu Dementsusega.

https://eludementsusega.ee/wpcontent/uploads/2019/07/Ekspertanalüüs_füüsilise_keskkonna_kohandamiseks_EluDementsusega2018.pdf (17.12.19)

Käsper, K., (2019). Kognitsiooni stimuleerivad tegevused kodus elavale kerge ja mõõduka dementsusega inimesele ning mõju tema iseseisvusele ja sotsiaalsusele. Tartu Tervishoiu Kõrgkool, Õe õppekava, Tartu. Lõputöö.

Kohv, M. (2018). Muusikateraapia grupitöö mõju eakate subjektiivsele heaolule ja emotsionaalsele enesetundele. Tallinna Ülikool Loodus- ja terviseteaduste instituut Psühholoogia ja käitumisteadused. Kunstiteraapiad. Magistritöö <https://www.etera.ee/zoom/45221/view?page=1&p=separate&tool=info&view=0,0,2481,3508> (17.12.19)

Kulibert, D., Ebert, A., Preman, S., McFadden, S. H. (2018). In-home use of personalized music for persons with dementia. *Dementia* 0(0):1–14. DOI: 10.1177/1471301218763185 <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1471301218763185> (02.01.2020)

Kuningas, A. (2017). Muusikateraapia toime vaimsele tervisele SA Pärnu Haigla Psühhiaatrikliiniku päevakeskuse klientide hinnangul. Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia, Muusikaosakond. Bakalaurusetöö. https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/58305/kuningas_annely.pdf?sequence=1&isAllowed=y (17.12.19)

Laigna, L., Mäetagas, M. (2016). Muusikateraapia kasutamine täiskasvanud vähihaigete patsientide toetusravis. Tartu Tervishoiu Kõrgkool, õe õppekava. Tartu. Lõputöö

Lin, Y., Chu, H., Yang, C. Y., Chen, C. H., Chen, S. G., Chang, H. J., Chou, K. R. (2011). Effectiveness of group music intervention against agitated behavior in elderly persons with dementia. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 26:670–678. DOI: <http://dx.doi.org/10.1002/gps.2580> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20672256> (17.12.19)

Linnamägi, Ü., Taba, P., Gross-Paju, K., Kolk, H., Andresen, K. M., Leibur, J., Ennok, M., Armolik, A., Loog, M., Lasn, H., Taimela, K., Toivari, T., Laanetu, M., Roose, Ä., Normet, I., Tuur, M., Unukainen, T. (2017). Alzheimeri tõve diagnostika ja ravi (RJ-G/23.1-2017). Eesti ravijuhend. http://www.enns.ee/Ravijuhendid/Dementsuse_ravijuhend.pdf (28.03.19)

Luik, M. (2016). Muusikateraapia meditsiinis. *Eesti Arst*, 95(11) 747-748. DOI: <https://doi.org/10.15157/ea.v0i0.13259>

<http://ojs.utlib.ee/index.php/EA/article/view/13259/8305> (17.12.19)

Mandzuk, L., Klos, J., Hillier, J. (2018). Personalized music... so simple yet so powerful: pilot initiative for hospitalized older adults living with dementia in an acute care facility. *The Journal of the Gerontological Nursing Association*, 40(2): 15-18.

<http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=15&sid=5446b328-2ed4-45aa-a761-9b8cc6a14398%40sdc-v-sessmgr02> (17.12.19)

Mattila, A. (2018). Possibilities of music in treating agitation caused by dementia – A literature review. Laurea University of Applied Sciences. Soome. Bakalaurusetöö.

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/148461/Final%20Thesis-Mattila.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (17.12.19)

Matthewes, S. (2015). Dementia and the power of music therapy. *Bioethics*, 29(8): 573-579. DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/bioe.12148>

<http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=09bc41fe-262a-4938-a700-884b6d8dfe26%40sdc-v-sessmgr01> (17.12.19)

McCabe, L., Greasley-Adams, C., Goodson, K. (2013) What I want to do is get half a dozen of them and go and see Simon Cowell’: Reflecting on participation and outcomes for people with dementia taking part in a creative musical project. *Dementia* 14(6):734–750. DOI: 10.1177/1471301213508128 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24339121> (03.01.2020)

McDermott, O., Orrella, M., Ridderb, H.M. (2014). The importance of music for people with dementia: the perspectives of people with dementia, family carers, staff and music therapists. *Aging & Mental Health*. 18(6):706-716. DOI: 10.1080/13607863.2013.875124

<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=8396f7fa-67f5-4c46-833f-4b4e6e34353c%40sessionmgr103> (17.12.19)

Mendes, A. (2018). Non-pharmacological approaches to non-cognitive symptoms in dementia. *British Journal of Nursing*; 27(10): 578-578. DOI:10.12968/bjon.2018.27.10.578
<http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=19&sid=f0fee4dd-c8d8-46f5-9c6d-47373390e6e9%40sdc-v-sessmgr02> (17.12.19)

Moreira S., Reis J. F., Moreira M. (2018). Can musical intervention improve memory in Alzheimer's patients? *Dementia and Neuropsychologia* 12(2):133–142. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1980-57642018dn12-020005>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6022981/> (17.12.19)

Osman, S. E., Tischler, V., Schneider, J. (2016). ‘Singing for the Brain’: A qualitative study exploring the health and well-being benefits of singing for people with dementia and their carers. *Dementia* 15(6):1326–1339. DOI: 10.1177/1471301214556291
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1471301214556291> (17.12.19)

Pehk, A. (2010), Muusikateraapia.
<http://www.muusikateraapiakeskus.ee/eraisikule/muusikateraapia/> (17.12.19)

Petrovsky, D., Cacchione, P.Z., George, M. (2015). Review of the effect of music interventions on symptoms of anxiety and depression in older adults with mild dementia. *International Psychogeriatrics* 27: 1661-1670. DOI: 10.1017/S1041610215000393
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25921299> (17.12.19)

Prince, M., Wimo, A., Guerchet, M., Ali, G. C., Wu, Y. T., Prina, M. (2015). The global impact of dementia. World Alzheimer Report. <https://www.alz.co.uk/research/world-report-2015> (17.12.19)

Randolph, J.J. (2009). A guide to writing the dissertation literature review. *Practical Assessment, Research and Evaluation*. 14(13):1-13.
<https://pareonline.net/getvn.asp?v=14&n=13> (17.12.19)

Schneider, J. (2018). The Arts as a Medium for Care and Self-Care in Dementia: Arguments and Evidence. *International Journal of Environmental Research And Public Health*. 15(6):1-11. DOI: 10.3390/ijerph15061151,

<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=efd04ec1-f208-4cf3-b555-a99e00456721%40sessionmgr10> (17.12.19)

Shibazaki, K., Marshall, N. (2017). Exploring the impact of music concerts in promoting well-being in dementia care. *Aging & Mental Health* 21(5):468-476. DOI:10.1080/13607863.2015.1114589 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26666405> (17.12.19)

Tilga, K. (2019). Dementsusega kaasnev agitatsioon ning mittefarmakoloogilised võtted agitatsiooni vähendamiseks. Tartu Tervishoiu Kõrgkool, Õe õppekava. Tartu. Lõputöö

Ugur, H. G., Aktaş, Y. Y., Orak, O. S., Sağlambilen, O., Avci, I. A. (2016). The effect of music therapy on depression and physiological parameters in elderly people living in a Turkish nursing home: a randomized-controlled trial. *Aging & Mental Health*, 21(12):1280-1286. DOI:10.1080/13607863.2016.1222348

<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=58&sid=5d232583-0352-4b1e-882a-bf83d2ad8e0f%40sessionmgr103> (17.12.19)

Swedberg - Yinger, O. (2018). Music Therapy: Research and Evidence-Based Practice. New York: Elsevier.

Wall, M., Duffy, A. (2010). The effects of music therapy for older people with dementia. *British Journal of Nursing* 19(2):108-113. DOI: 10.12968/bjon.2010.19.2.46295 <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=b230e019-e5a1-48ae-8d0e-277f22e476f4%40pdc-v-sessmgr02> (17.12.19)

Wang, S. C., Yu C. L., Chang, S. H. (2017). Effect of music care on depression and behavioral problems in elderly people with dementia in Taiwan: a quasi-experimental, longitudinal study. *Aging & Mental Health*, 21(2):156-162. DOI: 10.1080/13607863.2015.1093602 <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=12&sid=58eccfba-c0f4-405c-84f1-0891d10aa58d%40pdc-v-sessmgr03> (17.12.19)

Wang, S., Agius, M. (2018). The use of music therapy in the treatment of mental illness and the enhancement of societal wellbeing. *Psychiatria Danubina*, 30(7):595-600. PMID 30439854

<http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=24&sid=f0fee4dd-c8d8-46f5-9c6d-47373390e6e9%40sdc-v-sessmgr02&bdata=JnNpdGU9ZWhvc3QtG12ZQ%3d%3d#db=cmedm&AN=30439854> (17.12.19)

Ward, A.R., Parces, J. (2015) An evaluation of a Singing for the Brain pilot with people with a learning disability and memory problems or a dementia. *Dementia* 0(0):1–15. DOI: 10.1177/1471301215592539 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26160277> (03.01.2020)

Weise, L., Jakob, E., Töpfer, N., Wilz, G. (2018). Study protocol: individualized music for people with dementia - improvement of quality of life and social participation for people with dementia in institutional care. *BMC Geriatrics*, 18(1): 1-8. DOI:10.1186/s12877-018-1000-3 <http://web.b.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=4&sid=a489cb1d-e8ec-4a3c-9420-3f604e532aac%40pdc-v-sessmgr05&bdata=JnNpdGU9ZWhvc3QtG12ZQ%3d%3d#AN=133642508&db=rzh> (17.12.19)

World Health Organization (2012). Dementia a public health priority. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75263/9789241564458_eng.pdf;jsessionid=B481CD7A9D5511CA9FD12D652D65A31A?sequence=1 (17.12.19)

LISA 1.

Uurimistöös kasutatud teadusartiklite väljavõtuleht

Autor, pealkiri, aasta, väljaanne, riik	Uurimisprobleem, keskne küsimus	Eesmärk, ülesanded	Uurimistöö tüüp	Populatsioon, valim	Andmete kogumise meetod ja andmeteanalüüs	Olulisemad tulemused ja järeldused
Arroyo-Anlló, E. M., Dauphin, S., Fargeau, M. N., Ingrand, P., Gil, R. Music and emotion in Alzheimer's disease (2019) <i>Alzheimer's Research & Therapy</i> Hispaania, Prantsusmaa	Alzheimeri tõi võib kahjustada mitmeid muusikalisi võimeid.	Uuringu peamine eesmärk oli hinnata muusika mis on seotud eelkõige emotsionaalsete oskustega, inimestel Alzheimeriga, kasutades muusikaprotokolli	Kvantitatiivne	30 patsienti kerge või mõõduka Alzheimeri tõvega patsiendil ja 30 kontrollgrupi patsienti.	Kasutati keelelist testi, Solfeggio testi ja emotsioonide test, samuti Seashore test ning emotsionaalse võimekuse sh emotsionaalset mälu ja emotsionaalse kõne teste. Andmeid analüüsiti statistikapaketi SAS abil	Muusika parandab üldist vaimset seisundit. Igas kognitiivset, emotsionaalset ja muusikat hindava testi puhul panid tähele uuringu autorid märkimisväärselt madalamaid üldtulemusi Alzheimeri tõvega patsientidel kui kontrollgrupil, kuid muusikaliste emotsioonide skoor ei andnud gruppide vahel statistiliselt olulist erinevust
Batt-Rawden, K., Sund, M. Systematic Use of Music as an Environmental Intervention and Quality of Care in Nursing Homes: A Qualitative Case Study in Norway. (2019); <i>Medicines (Basel)</i> . Norra	Õe tudengite vähene teadvus muusikateraapia kasutamise võimalustest.	Töö peamine eesmärk oli suurendada mõistmist ja teadmisi sellest, kuidas ja miks võib muusikalise sekkumise süstemaatiline kasutamine olla õendushariduse ja selle rakendamise tervishoiuteenuste lahutamatu osa.	Kvalitatiivne	Valim vanuses 20–64.a (n = 33) koosneb kahest õendusõpilaste grupist (n = 15), kahest nõustajate grupist (n = 9), kolmest juhendajast (n = 3) ühest projektirühmast (n = 4) ja kahest hooldekodu juhust (n = 2).	Poolstruktureeritud intervjuud. Süstemaatiline teksti analüüs	Üliõpilased, kes osalesid aktiivselt patsientidega muusikalises suhtlemises, näiteks improvisatsioonil, laulminsel ja muusika kuulamisel, olid pühendunud ja motiveeritud. Töötajad ja juhtkond näitasid projekti vastu entusiasmi.
Camic, P. M., Williams, C. M., Meeten, F. Does a 'Singing Together	Dementsusega inimesed võivad leida, et nad on paljudest	Käesoleva uuringu eesmärk on välja selgitada, kas ühiskondlikus	Kvalitatiivne	Kümme dementsusega inimest ja 10 nende peamised	Poolstruktureeritud intervjuud, Addenbrooke Cognitive Examination, Mini Mental Status Exam, Dementia Quality of Life	Intervjuuandmed, käitumisvaatlused ja iganädalased sessioonide hinnangud näitasid, et dementsusega inimesed said laulurühmades osaleda ning nad ja nende hooldajad väljendasid

Group' improve the quality of life of people with a dementia and their carers? A pilot evaluation study. (2011), <i>Dementia</i> . Suurbritannia.	tegevustest välja jäetud või kaotavad enesekindluse oma võimete vastu ja tõmbuvad sotsiaalselt eemale.	laulurühmas osalemine mõjutas positiivselt dementsusega inimesi (PWD) ja nende hooldajaid.		hooldajad (pereliikmed / partnerid). Kokku 20 osalejaid.	scale, Neuropsychiatric Inventory, Bristol Activities of Daily Living Scale - kognitsiooni ja neuropsühholoogiliste sümptomite hindamise testid. Poolstruktureeritud intervjuude andmed analüüsiti, kasutades temaatilist analüüsi	selle tegevuse vastu märkimisväärset entusiasmi, suurepärase osalemismääraga
Cheung, S. K. D., Lai, C. K. Y., Wong, K. Y. F., Leung, M.C.P. Is music-with-movement intervention better than music listening and social activities in alleviating agitation of people with moderate dementia? A randomized controlled trial (2018) <i>Dementia</i> . Hiina.	Interaktiivset muusikasekkumist peetakse üldiselt kliiniliste tulemuste osas efektiivsemaks kui vastuvõtlikku lähenemist, kuna see suudab inimesi paremini dementsusega haarata	Selle uuringu eesmärk on võrrelda 6-nädalase muusika-liikumisega sekkumise mõju mõõduka dementsusega inimeste ärritusele, muusika kuulamisega ja sotsiaalse aktiivsusega	Kvantitatiivne	Mõõduka dementsusega 165 hooldekodu elanikke. Osalejad jaotati juhuslikult kolme rühma: liikumisega muusika, muusika kuulamine või seltskondliku tegevuse rühmad. liikmetega.	Agitatsioonitaset uuriti Cohen-Mansfieldi agitatsiooni hindamise hooldekodu versiooni testiga. Osalejate demograafilisi ja kliinilisi profile võrreldi algtaseme muutujate dispersioonanalüüsiga (ANOVA) ning chi-square testiga. Andmeanalüüsis kasutati ravisuhte põhimõtet. Sekkumiseefektide hindamiseks tehti analüüs teisedamata muutujate kohta. Kõik statistilised testid seati kahepoolseteks. Viidi läbi ka kolme üksiku rühma kordumõõtmelised ühesuunalised analüüsid	See uuring näitas, et agitatsiooni juhtimisel võib olla abi interaktiivsest või vastuvõtlikust muusikasekkumisest või ühiskondlikest tegevustest, kuid nende vahel puudub statistiliselt oluline erinevus.
Cho, H. K., The Effects of Music Therapy-Singing Group on Quality of Life and Affect of Persons With Dementia: A Randomized Controlled Trial. (2018). <i>Frontier Medicine</i> , USA.	Dementsusega inimesed kogevad kognitiivsete võimete halvenemist, käitumis- ja psühholoogilisi häireid, mis põhjustavad elukvaliteedi ja emotsionaalse heaolu langust.	Võrrelda muusikateraapia-laulugrupi võimalikku mõju hooldusasutuses elavate kerge, mõõduka ja raske dementsusega inimeste elukvaliteedile ja muusika mõjule.	Kvantitatiivne	52 dementsusega inimest, kes moodustasid kontrollgrupi ja sekkumisgrupi	Viidi läbi standardiseeritud intervjuud (Brief Interview for Mental Status). Andmeid analüüsiti statistikapaketi SPSS abil.	Käesoleva uuringu järeldused viitavad sellele, et muusikateraapia koos aktiivse rühmalise laulmisega võib olla tõhus mittefarmakoloogiline sekkumine dementsusega inimeste elukvaliteedi parandamiseks ja pikaajalise hoolduse keskkonnas.

Elliott, M., Gardner, P., The role of music in the lives of older adults with dementia ageing in place: A scoping review. (2016). <i>Dementia</i> . Suurbritannia.	Dementsuse traditsioonilised ravimeetodid on olnud suuresti ebaõnnestunud.	Eesmärk oli selgitada muusika rolli ja mõju, dementsusega inimeste eluruumides	Süstemaatiline kirjandus ülevaade	17 uurimistööd	Arksey & O'Malley viieastmeline raamistik uurimistööde hindamiseks. Mõisteanalüüs.	Leiti, et muusikateraapia mõjutab kirjeldatud elanikkonna hulgas positiivselt abstraktset mõtlemist (s.t oskust käsitleda mõisteid) ja mälu.
Evans, S.C., Garabedian, C., Bray, J., Now he sings'. The My Musical Memories Reminiscence Programme: Personalised interactive reminiscence sessions for people living with dementia (2017). <i>Dementia</i> . Suurbritannia	Paljude dementsusega inimeste kogetud füüsilise, vaimse ja emotsionaalse valu teadvustamine on suurendanud kasvavat huvi efektiivsete mittefarmatseutilist e palliativsete lähenemisviiside suhtes	Uuringu eesmärgiks on selgitada (MMMRP) - uuendusliku sekkumise - muusikapõhise meenutamise lähenemisviisi mõju.	Kvalitatiivne	20 inimest dementsusega, vanuses 64-95. Nendest 6 olid mehed ja 14 - naised	Andmeid koguti eelnevalt ja pärast sekkumist ning kolm kuud hiljem struktureeritud vaatluse, intervjuude ja sihtrühmade abil Loova ekspressiivse tegevuse vaatlusriist (CEAA) on üks väheseid vaatlusvahendeid, mis on loodud spetsiaalselt dementsusega inimestele ja on tegevuste ajal elukvaliteedi hindamiseks sobiv.	Tulemused näitavad, et programm mõjutas osalejaid positiivselt, edendades kaasatust, meeldejäämist ja sotsiaalset suhtlust.
Garabedian, C. E., Dementia: When music is the only way in – An emergency intervention: Innovative Practice. (2019). <i>Dementia</i> . Suurbritannia.	Muusika ei saa paku ainult lohutust ja ei vähenda dementsusega seotud agitatsiooni, vaid võib luua ka ühendusi kõigi kohalviibijate vahel.	Eesmärgiks anda ülevaate uuringu käigus läbi viidud muusika sekkumisest, mis illustreerib, kuidas muusikat kasutati edasiliikumiseks ja lohutuseks kaugele arenenud dementsusega väga ärritunud inimesel.	Kvalitatiivne uurimistöö	Tugevalt ärritatud kaugelearenenud dementsusega inimene (n =1)	Intervjueerimine. Intervjuude andmed analüüsiti, kasutades temaatilist analüüsi	Muusika annab võimalus seostada inimestega, kellega tavapärase meetodite (nt verbaalse suhtluse) kaudu ei pruugi jõuda

Gibson, G., Sixsmith, A., Music and the wellbeing of people with dementia. (2007). <i>Aging & Society</i> . Suurbritannia.	On vähe uuritud muusika ja muusikaga seotud tegevuste rolli nende igapäevaelus	Eesmärgiks uurida muusika tähtsus igapäevaelus; muusikaga seotud tegevustes osalemisest saadav kasu ja muusikaga tegelemise probleemid	Kvalitatiivne uurimistöö	Uuringus osalesid 26 dementsusega inimest ja nende hooldajad, kes elasid kas oma kodudes või hooldekodudes Inglismaa erinevates osades.	Intervjuud (n=26). Intervjuude andmed analüüsiti, kasutades temaatilist analüüsi	See artikkel illustreerib paljusid erinevaid võimalusi, kuidas dementsusega inimesed kogevad muusikat. Lisaks muusika nautimisele omaette, võimaldab see inimestel osaleda nauditavates ja isiklikult tähendusrikkastes tegevustes. See on oluline sotsiaalse ühtekuuluvuse ja sotsiaalsete kontaktide allikas, toetab osalemist erinevates tegevustes nii leibkonnas kui ka väljaspool ning pakub teatud määral võimu ja kontrolli nende igapäevase olukorra üle.
Goris, E.D., Ansel, K.N., Schutte, D.L., Quantitative systematic review of the effects of non-pharmacological interventions on reducing apathy in persons with dementia. Quantitative Systematic Review (2016). <i>Journal of Advanced Nursing</i> . USA.	Apaatiat, kui Alzheimeri tõvega inimeste seas levinut, määratletakse motivatsioonihäiret ena, millega kaasnevad puudujäägid käitumis-, emotsionaalses ja kognitiivses valdkonnas, ning see on seotud tõsiste sotsiaalsete ja füüsiliste takistustega.	Uuringu eesmärgiks on üle vaadata kvantitatiivsed tõendid mittefarmakoloogiliste sekkumiste mõju kohta dementsusega inimeste apaatiat vähendamisele.	Süsteemaatiline ülevaade	16 rahvusvahelist randomiseeritud kontrollitud uuringut või kvaasiekspereimntaalset uuringut	CINAHL, PubMed, PSYCHinfo ja Cochrane Trials andmebaasidest otsiti avaldatud ingliskeelseid teadusuuringuid (kaasa arvatud) 2014. aasta detsembrini, ilma et oleks seotud varase aasta piiranguid. Uuringuid analüüsiti vastavalt esitatud kriteeriumitele. Kvaliteedi hindamisprotsess	Uuringutulemused näitavad mittefarmakoloogiliste sekkumiste, eriti muusikapõhiste sekkumiste tähtsust, et vähendada dementsusega inimeste apaatiataset. Apaatiat vähendamise sekkumisel võib olla positiivne kliiniline mõju ja tervishoiuteenuse osutajaid tuleks julgustada kaasama hooldusesse positiivseid huvipakkuvaid allikaid ja intellektuaalset stimuleerimist.
Hammar, L. M., Emami, A., Engström, G., Göttel, E., Finding the key to communion – Caregivers' experience of	Muusikateraapiline hooldus, kui hooldajad laulavad hooldeolukorras dementsuse all kannatavatele inimestele või koos nendega, on välja	Uuringu eesmärgiks oli kirjeldada hooldajate professionaalset kogemusi dementsusega inimeste	Kvalitatiivne	Osalesid 6 hooldajad, vanuses 31-54 ja 10 dementsusega inimest, kes elasid	Video salvestus, grüpiintervjuud. Teksti analüüsimiseks kasutati sisuanalüüsi. Seejärel analüüsiti eraldi intervjuude teksti, mis käsitles „tavalist“ hommikuhoolduse olukorda, ja muusikateraapilise hoolduse olukorda käsitlevate	Autorid järeldavad, et muusika teraapilist hooldust (muusika laulmist) võiks kasutada hooldajatele parema hoolduse pakkumisel ning see hästi mõjub nii inimestele dementsusega kui ka nende hooldajatele.

<p>'music therapeutic caregiving' in dementia care: A qualitative analysis (2010). <i>Dementia</i>. Rootsi</p>	<p>pakutud viisiks, kuidas suurendada dementsusega inimeste heaolu</p>	<p>hooldamisel hommikuse hoolduse ajal ilma muusika teraapilise hoolduseta ja hooldusega.</p>		<p>hooldekodudes Rootsis.</p>	<p>intervjuude teksti. Tekstid jaotati tähendusühikuteks, need olid koondatud ja tähistatud koodidega. Koodide põhjal töötati välja kategooriad, mis tähistasid teksti sisu väljendeid. Seejärel oli kategooriate võrdlemine ja kriitiline analüüs ning moodustati kuus alateemat.</p>	
<p>Harris, P., Caporella, C., Making a university community more dementia friendly through participation in an intergenerational choir. (2018) <i>Dementia</i>. Ameerika Ühendriik</p>	<p>Stereotüübid ja arusaamatused mis on noortel inimestel dementsusega inimeste suhtes.</p>	<p>Vähendada õpilastel tekkivaid negatiivseid hoiakuid dementsusega inimeste suhtes; Anda dementsusega inimestele ja pereliikmetele võimalus suhelda kolledži üliõpilastega ning jagada nendega dementsuse kogemusi.</p>	<p>Kvalitatiivne</p>	<p>Viidi läbi 4 aasta vältel poolstruktureeritud avatud vastustega intervjuud, kokku 62 tudengi ja 43 dementsusega inimese ja tema lähedastega.</p>	<p>Poolstruktureeritud intervjuud. Intervjuude andmed analüüsiti, kasutades temaatilist analüüsi</p>	<p>Tulemused näitasid õpilastes: muutunud hoiakuid, suurenenud arusaamist dementsusest ja elatud kogemusest, vähenenud dementsuse häbimärgistamist ja tugevate sotsiaalsete seoste arengut. Dementsusega inimesed ja nende pereliikmed avaldasid oma kuulumist kogukonda</p>
<p>Kulibert, D., Ebert, A., Preman, S., McFadden, S. H. In-home use of personalized music for persons with dementia. (2018). <i>Dementia</i>. USA.</p>	<p>Isikupärastatud muusika mõju dementsusega inimestele on vähe uuritud, kuid on tõendeid, et sellel on positiivne mõju.</p>	<p>Eesmärgiks oli uurida kuidas mõjub personaliseeritud muusika kuulamine dementsusega inimestele ja nende hooldajatele,</p>	<p>Kvalitatiivne</p>	<p>Kokku 24 paari, mille moodustasid dementsuiega inimene ja hooldaja.</p>	<p>Poolstruktureeritud intervjuud, Video salvestus. Küsimustikud ja skaalad: BASQID-skaala subjektiivse elukvaliteedi hindamiseks; Muusika kuulamise kogemuste skaala; CDS - hooldajate stressi skaala, GAIN-Alzheimeri tõvega inimese hooldamine; RMBPC- mälu ja käitumisega seotud probleemide kontroll-loend. Tõlgendav fenomenoloogiline andmete analüüs (Interpretive phenomenological analysis).</p>	<p>Dementsusega inimesed ja hoolduspartnerid tegid tähelepanu sellele, kuidas isikupärastatud muusika mõjutas dementsusega inimest. See mõjus rahustavalt ja tekitas positiivseid tundeid</p>

Lin, Y., Chu, H., Yang, C. Y., Chen, C. H., Chen, S. G., Chang, H. J., Chou, K. R., Effectiveness of group music intervention against agitated behaviour in elderly persons with dementia (2011). <i>International Journal of Geriatric Psychiatry</i> . Hiina.	Dementsusega inimeste käitumine tihti on ärritatud.	Uuringu eesmärgiks oli teada saada grupisekkumise mõju seoses muusika rakendamisel ärritatud käitumisel dementsusega inimeste puhul.	Kombi- neeritud uuring	Uuringus osalesid dementsusega inimesed, kes elasid hooldekodus. Kokku oli 104 osalejad, nendest 100 osalesid uuringu lõpuni, 49 olid eksperimentaalses rühmas ja 51 olid kontrollgrupis	Kasutati korduvaid mõõtmisi. Tulemused analüüsiti üldistatud hindamisvõrrandite (GEE) abil. Eksperimentaalgrupile viidi läbi 12 muusikalise sekkumise grupiseansi, mis kestsid 30-minutit ja toimusid kaks korda nädalas kuue järjestikuse nädala kestel. Samal ajal osales kontrollgrupp tavalistes igapäevastes tegevustes.	Uuringu eesmärgiks oli selgitada kas muusika mõjub rahustavalt agressiivsele käitumisele. Uurijad tõdesid, et muusikaterapia aitab kaasa dementsusega inimeste vahelisele sotsiaalsele aktiivsusele, soodustab lõõgastumist ja vähendab agitatsiooni.
McCabe, L., Greasley-Adams, C., Goodson, K. What I want to do is get half a dozen of them and go and see Simon Cowell': Reflecting on participation and outcomes for people with dementia taking part in a creative musical project. (2013). <i>Dementia</i> . Suurbritannia	Vähe loovaid projekte dementsusega inimestele	Selle uuringu eesmärk on kirjeldada projekti ja kajastada dementsusega inimeste ja nende hooldajate kogemusi ja tulemusi.	Kvalitatiivne uuring	Viidi läbi kuus intervjuud, kus osales 9 dementsusega inimest ja 3 hooldajat. Projekti vältel osales 44 dementsusega inimest ja 27 hooldajat	Poolstruktureeritud intervjuud. Teemailine analüüs.	Loovprojekti olulised tulemused kõigile osalejatele olid õppimine, rõõm, enesekindlus ja muutuvad arusaamad endast ja teistest. Lisaks aitas projekt tõsta teadlikkust dementsusest.
McDermott, O., Orrella, M., Ridderb, H.M., The importance of music for people	Vaatamata muusikapõhiste sekkumiste populaarsusele dementsusega	Uuringu eesmärgiks oli arendada dementsusega inimestele sobivat	Kvalitatiivne uuring	Uuuriiti n= 53 (hooldekodus elavad dementsusega inimesed - 12,	Kognitsiooni hindav test ja intervjuud. Kvalitatiivsete andmete analüüsimiseks valiti tildine induktiivne lähenemine.	Uuringus leiti, et muusikapõhised sekkumised, sealhulgas muusikaterapia, laulurühmad ja muusika kuulamine, on laialt levinud ja tunnustatud sekkumisviisid suurendamaks või tagamaks dementsusega inimeste heaolu.

with dementia: the perspectives of people with dementia, family carers, staff and music therapists (2014). <i>Aging & Mental Health</i> . Suurbritannia	inimeste hoolduses on piiratud teadmised selle kohta, kuidas ja miks on muusika nende heaolu jaoks kasulik.	muusika kasutamise teoreetilist mudelit.		nende pereliikmed - 15 ning haiglas viibivaid dementsusega inimesi - 4, hooldustöötajaid - 14 muusikaterapeute - 8).		Muusikat saab nautida üksi või koos teistega, ning muusika on kasutatav isegi sügava dementsuse taustal.
Mandzuk, L., Klos, J., Hillier, J., Personalized music.. so simple yet so powerful: pilot initiative for hospitalized older adults living with dementia in an acute care facility. (2018). <i>The Journal of the Gerontological Nursing Association</i> . Kanada.	Dementsusega inimeste levimus Kanadas kasvab.	Selle uuringu eesmärgiks oli kindlaks teha, kuidas eakad inimesed dementsusega, kes elavad akuutsetes hooldusasutustes reageeriksid personaalsele muusika sessioonile.	Kvalitatiivne uuring	Programmis osales 10 eakat inimest, Keskmine vanus oli 81 aastat ja 50% olid mehed. 90% uurijatest oli diagnoositud dementsus	Intervjuerimine. Intervjuude andmed analüüsiti, kasutades temaatilist analüüsi	Enamik dementsusega inimesed olid muusikast huvitatud, rahulikud, ja lugupidavad nende sessioonide ajal. Kahetsusväärset nende positiivne reaktsioon muusikale ei kandunud muusikaseansside vahelisele ajale.
Matthewes, S., Dementia and the power of music therapy (2015). <i>Bioethics</i> . Inglismaa	Dementsus on nii suurem kui ka haigestumuse peamine põhjus.	Selle artikli eesmärgiks on määrada kuidas muusika mõjub dementsusega inimesi.	Süsteemaatiline kirjandus ülevaade	29 rahvusvahelist randomiseeritud kontrollitud uuringut	Valimisse haaratud uuringute analüüs	Sel määral, mil muusika äratav inimese rütmide ja mälu indutkeeriva toime kaudu, võib see kaasa tuua oma narratiivi taastamise ja omakorda lubada nii hooldaja kui ka patsiendil osaleda tähendusrikkam ja vastastikku kaasates sotsiaalset ühendust
Mendes, A., Non-pharmacological approaches to non-cognitivesymptoms in dementia.(2018). <i>British Journal of Nursing</i> . Suurbritannia.	Dementsusega inimesi ei tohiks välja jätta, mis tahes teenused nende diagnoosi, vanuse tõttu.	Eesmärgiks uurida hoolduse kavandamist ja mittefarmakoloogilisi lähenemisviisi		The National Institute for Health and Care Excellence (NICE) dementsuse ravijuhend 2016	Ravijuhendi analüüs	Kõik need sekkumised - aroomiteraapia, muusika terapeutiline kasutamine, tantsimine, loomade teraapia, massaaž aitavad dementsusega inimest mitte-kognitiivsete sümptomitega ja raske käitumisega ning need tuleks kohandada inimeste eelistuste, oskuste ja võimetega.

Moreira S., Reis J. F., Moreira M., Can musical intervention improve memory in Alzheimer's patients? (2018). <i>Dementia Neuropsychologia</i> . Brasiilia.	Dementsuse diagnoosiga inimestel esinevad sagely mälu häired.	Eesmärgiks oli hinnata muusikaga efektiivsust Alzheimeri tõvega patsientide mälule	Süstemaatiline ülevaade	Algselt leiti 42 uuringut, millest valiti 24. Pärast välistamiskriteeriumide rakendamist kaasati neli uuringut, milles osales 179 patsienti.	Artiklite otsimiseks kasutati PubMed (Medline), Cochrane Library, PsycINFO ja Virtual Library. Analüüsimine artiklite võrdlemise teel	Artiklites leitud tulemused näitasid, et muusikaline sekkumine võib olla efektiivne AD-ga patsientide ravis
Osman, S. E., Tischler, V., Schneider, J., Singing for the Brain': A qualitative study exploring the health and well-being benefits of singing for people with dementia and their carers (2016) <i>Dementia</i> . Inglismaa	Farmakoloogiliste sekkumiste eelis käitumuslike sümptomite dementsuse korral.	Uuringu eesmärgiks oli välja selgitada kuidas mõjub laulmine dementsusega inimestele.	kvalitatiivne	20 dementsusega inimest	Poolstruktureeritud intervjuud, teematiline analüüs	Osalejad leidsid, et Singing for the Brain laulmine aitab dementsusega leppida ja sellega toime tulla. Laulmise võime stimuleerida mälu ja selle vastastikku kasulik mõju dementsusega inimestele ja hooldajatele on ainulaadsed selle tegevuse erijooned.
Petrovsky, D., Cacchione, P.Z., George, M. Review of the effect of music interventions on symptoms of anxiety and depression in older adults with mild dementia. (2015) <i>International Psychogeriatrics</i> . USA.	Ärevus ja depressioon on sageli esinevad sümptomid kerge dementsusega eakatel ning nõuab uuenduslikke lähenemisviise.	Uuringu eesmärk oli uurida tõendeid muusika efektiivsuse parandamiseks ärevuse ja depressiooni sümptomite parandamisel kerge dementsusega eakatel.	Süstemaatiline kirjanduse ülevaade	10 uuringut	Otsiti nelja andmebaasi (Medline, CINAHL, PsychInfo, PubMed), kasutades termineid "muusika", "muusikateraapia", "muusika sekkumine", "laulmine", "dementsus", "ärevus" ja / või "depressioon", mis identifitseerisid kümme uuringut, mis vastasid kaasamise ja tõrjutuse kriteeriumidele. Teematiline analüüs	Järeldused: ei olnud vaieldamatuid tõendeid selle kohta, kas muusika sekkumine on efektiivne ärevuse ja depressiooni sümptomite leevendamisel halva metodoloogilise ranguse tõttu nõrga dementsusega eakatel täiskasvanutel.

Schneider, J., The Arts as a Medium for Care and Self-Care in Dementia: Arguments and Evidence. (2018). <i>International Journal Of Environmental Research And Public Health</i> . Suurbritannia	Dementsuse kasvav levimus koos tõhusate farmakoloogiliste ravimeetodite puudumisega rõhutab psühhosotsiaalsete sekkumiste potentsiaali dementsuse mõju leevendamiseks ja elukvaliteedi parandamiseks.	Uuringu eesmärgiks oli analüüsida erinevate sekkumiste mõju dementsusega iminestele.	Süstemaatiline kirjanduse ülevaade	67 teadusallikaid	Temaatiline analüüs.	Üha enam tunnustatakse, et kunst võib anda panuse inimeste elukvaliteedi kes elavad dementsusega. See mõju võib olla otsene, tuues emotsionaalset vabastamist või rõõmu inimestele dementsusega. See võib olla ka kaudne, andes hooldajatele tugevamat eesmärki, lahendamist ja pühendumist, muuta laiema kogukonna kaastundlikumaks ja teadvustama
Shibazaki, K., Marshall, N. Exploring the impact of music concerts in promoting well-being in dementia care (2017) <i>Aging & Mental Health</i> . Suurbritannia.	Raskused hooldajatel ja perekonnal dementsusega inimestega, mis on seotud nende hooldusega.	Selles uuringus uuritakse muusika kontsertide konkreetset mõju dementsusega klientidele, nende perekonnale ja hoolduspersonalidele / hooldajatele.	Kvalitatiivne	53 inimest: 27 klienti (Inglismaa-16/Jaapan-11), 13 pereliikmeid (Inglismaa-8/Jaapan-5), 9 õendusabi/vabat ahtliku personalii liiget ja neli hoolduse/tegevuste juhid (Inglismaa-5/Jaapan-4)	Poolstruktureeritud intervjuud. Temaatiline analüüs	Intervjuud kerge ja keskmise staadiumiga klientidega dementsus tõstis suurenenud koostööd, suhtlemist ja vestlust. Need, kellel on rohkem kaugelearenenud dementsuse vorm ilmnes vähenenud agitatsioon ja antisotsiaalne käitumine. Töötajad teatasid hoolitsuse, koostöö ja hindamisvõimaluste suurenemisest. Perekonna liikmed märkisid nii oma partneri / vanema kui ka iseenda heaolu taseme tõusu
Ugur, H. G., Aktaş, Y. Y., Orak, O. S., Saglambilen, O., Avci, I. A., The effect of music therapy on depression and physiological parameters in	Depressioon on üks eakate inimeste olulisemaid terviseprobleeme ja see on üks sagedamini esinevaid vaimse tervise probleeme vanadusperioodil	See uuring viidi läbi eesmärgiga selgitada välja muusikateraapia mõju eakate inimeste depressiooni tasemele ja	Kvantitatiivne	64 eakat	Andmete kogumiseks kasutati rakendust „Eakad Teabevorm” ja “Geriatrilise depressiooni skaala”. Depressiooni taset hinnati algtasemel (nädal 0) ja järelkontrolli uuringus kaheksa nädalat. andmete kogumine (Elderly Information Form) ja depressioon	Testijärgse süstoolse vere keskmised hinded rōhk muusikarühmas leiti olevat oluliselt madalam kui kontrollrühmas. Jōuti järeldusele, et muusikateraapia vähendas depressiooni taset ja süstoolset verd rōhk eakatel inimestel. Uuringutulemused viitavad sellele, et muusikateraapia võib olla tõhus praktika rahvatervise ja koduhoolduse meditsiiniõdedele,

elderly people living in a Turkish nursing home: a randomized-controlled trial. (2016) <i>Aging & Mental Health</i> . Türgi.		füsioloogilistele parameetritele.			osalejate hindend (Geriatric Depression Scale)	kes üritavad depressiooni vähendada ja füsioloogilist kontrolli all hoida eakate inimeste parameetrid.
Wall, M., Duffy, A., The effects of music therapy for older people with dementia. (2010). <i>British Journal of Nursing</i> Iirimaa.	Muusikateraapia on tunnustatud mittefarmakoloogiline meetod dementsuse ravis, kuid Iirimaa on see vähe kasutatav.	Selle kirjanduse ülevaate eesmärk on uurida, kuidas muusikateraapia mõjutab dementsusega vanemate inimeste käitumist	Kirjanduse ülevaade	13 teadusartikli	Otsimiseks kasutati CINAHL, PsycINFO ja MEDLINE veebiandmebaase. Kriteeriumiks oli ingliskeelsed artiklid ja eelretsenseeritud ajakirjad, mis ilmusid aastatel 2003–2009. kvalitatiivne temaatiline analüüs	Muusikateraapia mõjutas dementsusega eakate inimeste käitumisele väga positiivselt ning vähendas agitatsiooni.
Wang, S. C., Yu C. L., Chang, S. H., Effect of music care on depression and behavioral problems in elderly people with dementia in Taiwan: a quasi-experimental, longitudinal study. (2017). <i>Aging & Mental Health</i> . Hiina.	Varasemates uuringutes on leitud, et muusikateraapia viib statistiliselt olulise paranemiseni depressiooni sümptomite, ärevuse sümptomite puhul.	Eesmärgiks oli uurida muusika tõhusust kognitiivse funktsiooni, depressiooni ja käitumisprobleemide suhtes eakate seas, kellel on dementsus	Kombi- neeritud	Uuritavaid jaotati kaheks rühmaks eksperimenaat rühm n=90, ja võrdlusrühm n=56. Uurijad olid vanuses 60 ja vanem	Kvaasiekspertaalne uurimistöö Andmekogumismeetodid olid vaatlused, intervjuud ja diagrammiülevaated. SPSS 18,0 statistiline tarkvarapakett Windows kasutati andmete analüüsimiseks. Andmeid analüüsi, kasutades t-test, Chi-ruudu test, Pearsoni korrelatsioon ja korduva mõõtmise analüüsi. Intervjuude puhul kasutati sisuanalüüsi	Uuring on näidanud, et muusika kasutamine aitab eakatel inimestel dementsusega säilitada kognitiivset funktsiooni ning samuti langetab depressiooni, terviseprobleemide ja ärevuse taset.
Wang, S., Agius, M., The use of music therapy in the treatment of mental illness and the enhancement of societal wellbeing	Muusika teraapia ei tähenda lihtsalt lõõgastava muusika mängimist patsientidele, vaid see hõlmab aktiivsemat	Üle vaadata tõendid muusikateraapia mõju kohta depressioonile, ärevusele, skisofreeniale,	Kirjanduse ülevaade	Tuvastati 98 allikat, millest 35 kajastasid uurimistulemusi	Temaatiline analüüs.	Näib olevat selge, et muusika kasutamine teraapiana on väga kasulik paljudes erinevates vaimse tervisega seotud olukordades seisundites ja üldise vaimse heaolu edendamiseks.

(2018). <i>Psychiatry Danubina</i> . Suurbritannia	patsiendi kaasamist.	unehäiretele.				
Ward, A.R., Parkes, J., An evaluation of a Singing for the Brain pilot with people with a learning disability and memory problems or a dementia (2015) <i>Dementia</i> . Suurbritannia	On kasvanud inimeste arv, kellel on dementsus.	Uuringu eesmärgiks oli mõista SftB seansside läbiviimise viisi, nende mõju osalejatele ja päevakeskuse personalile	Kombi- neeritud	Päevakeskused jagasid küsimustiku kõigile SftB sessioonidel osalenud osalejatele ja toetasid osalejaid selle täitmisel. Kokku tagastati ja lisati analüüsi 15 täidetud küsimustikku. Ehkki pole täpselt teada, kui palju osalejaid SftB seanssidel osales	Poolstruktureeritud intervjuud ja küsimustik, mis töötati välja koostöös Alzheimeri Ühingu Northamptonshire ja kahe päevakeskusega. Intervjuud registreeriti ja täielikult tõlgendati, tõlgendamiseks ja selgitamiseks, kasutati Braun ja Clarke 'i (2006) temaatilist raamistikku. Küsimustike kvantitatiivsed andmed sisestati statistilisele tarkvarapaketi (SPSS V20) kirjeldava statistilise analüüsi jaoks	Selles uuringus leiti, et inimestele dementsusega ja mäluprobleemidega jaoks saab edukalt laulmisessioone korraldada ja nad naudivad osalemist, leides, et see on lõbus ja kaasahaarav protsess.
Weise, L., Jakob, E., Töpfer, N., Wilz, G. Study protocol: individualized music for people with dementia - improvement of quality of life and social participation for people with dementia in institutional care. (2018). <i>BMC Geriatrics</i> . Saksamaa.	Dementsusega inimestel on mitmeid negatiivseid käitumis- ja psühholoogilisi sümptomeid mis võib alandada nende elukvaliteeti.	Uurida, kas individuaalne muusika sekkumine võib parandada elukvaliteeti dementsusega elavale inimestele.	Kombi- neeritud	Inimesed, kellel on diagnoositud dementsus viiest hooldekodust Saksamaalt	See uuring on randomiseeritud kontrollitud uuring algtasemega (T0; kuus nädalat enne ravi), eeltest (T1), posttest (T2) ja järelkontrolli (T3; kuus nädalat pärast ravi). Andmed analüüsiti - SPSS (IBM Corp., Armonk, NY) and R (R Development Core Team, Vienna, Austria).	Uuringutulemused võivad näidata, kas individualiseeritud muusikasekkumine võib parandada elu kvaliteeti hooldekodus dementsusega elavale inimestele.

