

## Περίληψη

**Εισαγωγή:** Η βιβλιογραφία είναι πλούσια σε μελέτες που διερεύνησαν την αποτελεσματικότητα της μουσικής στην μείωση του άγχους, σε διάφορα νοσηλευτικά τμήματα, όπως είναι και οι μονάδες εντατικής θεραπείας (ΜΕΘ) όπου νοσηλεύονται αρκετοί ασθενείς με ΜΥαναπνοής (ΜΥΑ) και η οποία φαίνεται να αυξάνει τα επίπεδα άγχους στους ασθενείς αυτούς.

**Σκοπός:** Σκοπός της παρούσας βιβλιογραφικής ανασκόπησης είναι η διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της μουσικής στη μείωση του άγχους των ασθενών με ΜΥΑ.

**Οι επιμέρους στόχοι είναι να διερευνηθεί κατά πόσο με τη χρήση μουσικής σε ασθενείς με ΜΥΑ:**

- Υπάρχουν διαφοροποιήσεις στα ζωτικά σημεία (διαστολική, συστολική και μέση αρτηριακή πίεση, καρδιακή και αναπνευστική συχνότητα).
- Επηρεάζονται βιοχημικοί δείκτες του άγχους (πχ. αυξητική ορμόνη, ιντερλευκίνη 6 κ.α)
- Υπάρχουν αλλαγές σε μετρήσεις του άγχους με διάφορες μεθόδους ή σε μετρήσεις συνδεδεμένες με το άγχος, όπως του πόνου και της άνεσης.

**Υλικό και Μέθοδος:** Η μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε είναι η συστηματική ερευνητική βιβλιογραφική ανασκόπηση της σχετικής ελληνικής και διεθνούς βιβλιογραφίας σε βάσεις δεδομένων Pubmed, Cochrane, Cinahl και στο διαδίκτυο (Google – Scholar). Οι λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν στην αναζήτηση είναι: music therapy, music, icu, mechanical ventilation, stress, biomarkers. Έγινε συνδυασμός των λέξεων με τη χρήση εντολών AND, OR και NOT.

**Αποτελέσματα:** Μέσα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας διαπιστώθηκε ότι η μουσική μπορεί να επηρεάσει τα ζωτικά σημεία των ασθενών με ΜΥΑ μέσω μείωσης της συστολικής, διαστολικής και μέσης αρτηριακής πίεσης, και της αναπνευστικής και καρδιακής συχνότητας. Ακόμη, σε έρευνες όπου έγιναν μετρήσεις άγχους, πόνου και άνεσης, υπήρχε εμφανής μείωση του άγχους και του πόνου και αύξηση της άνεσης. Τέλος διαπιστώθηκε πως η μουσική επηρεάζει και τα επίπεδα ορμονών που είναι υπεύθυνα για τη μη ειδική φλεγμονώδη αντίδραση.

**Συμπεράσματα:** Η μουσική είναι μια ανέξοδη, μη φαρμακολογική παρέμβαση, η οποία μπορεί να βελτιώσει τόσο την σωματική όσο και την ψυχοσυναισθηματική κατάσταση των ασθενών με ΜΥΑ.

**Λέξεις κλειδιά:** ΜΥαναπνοής, άγχος, μουσική, ορμόνες – βιοδείκτες