

8

音楽療法

1 サマリー

1. 音楽療法の概要

日本音楽療法学会は、音楽療法を「音楽のもつ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」と定義しており、米国の National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH) によれば、音楽療法は補完代替療法のなかの mind-body interventions（心身医療的システム）に分類される。

その対象と場は多岐にわたり、発達障害、身体障害、精神障害、不登校、引きこもりなどの児童・青年・成人期に対しては、学校、施設、作業所、病院、精神病院、自宅などが、認知症をはじめとするさまざまな慢性疾患や身体障害、精神障害などを抱える高齢者に対しては、病院、精神病院、老人保健施設、通所（入所）高齢者施設、自宅などが実践の場となり得る。また近年は、ホスピスや緩和ケア病棟における終末期医療、緩和ケア領域で果たし得る役割にも注目が集まっている。

しかし、医学的な観点から音楽療法を捉えた場合、わが国では音楽療法士が医療職ではないことが問題となる。すなわち、音楽療法士が治療を目的とした therapy を単独で行うことは法的に許容されない。この問題に対処すべく、医師の指示の下に自由診療として行う場合や作業療法のなかに組み込む場合があるが、ホスピスや緩和ケア病棟などの入院患者を対象とした音楽療法の多くは、内容が優れていても therapy ではなく service として位置づけられているのが現状である。

今回検索した PubMed, あるいは The Cochrane Library に掲載されている論文や Up To Date の提言のほとんどは海外由来であり、わが国において質の高い音楽療法が therapy として展開される環境が整うまでには依然課題が多いといわざるを得ない。

2. 使用上の一般的な注意事項

- ・明確な意思表示ができない、あるいは移動能力の乏しい対象者は音から逃げられない。
- ・聴力障害（老人性難聴・各種疾患による聴力障害）の存在。
- ・聴覚過敏（自閉症などによる）の存在。
- ・反応性てんかん発作の可能性。
- ・身体的、心理的負荷増大の可能性。
- ・保険適用がない。

3. 論文報告（エビデンス）における課題

- ・患者背景が臨床試験ごとに異なる。

- ・被験者数が少ない。
- ・効果が小さく、またその評価方法が臨床試験ごとに異なる。
- ・対照群の設定が困難。
- ・盲検化が難しい。
- ・長期的な効果の調査が不十分。
- ・施術者個々の能力、適応や方法に差がある。

4. 論文報告としてはないものの、「教科書に記載されている」「すでに一般的に知られている」といった副作用や禁忌事項（＝グッドプラクティスポイント：GPP）

患者に「2. 使用上の一般的な注意事項」で述べたような身体的制限がなく、本人と家族の希望があれば、あるいは拒否がなければ、音楽療法の適応に絶対的な禁忌はない。また、展開される場にも制限はない。

しかし、がん患者の心身の状態は日または時間の単位で変化し得るため、適応の有無、施術時間、内容についてその都度慎重な検討が必要となる。また、免疫機能の低下により感染症罹患のリスクが高い場合があり、施術者自身や楽器が感染源とならないような衛生面の管理が必要である。

さらに、死に向かうプロセスにおける音楽（療法）は、対象者とその家族のみならず施術者からもコントロールの難しい心理反応を引き出す可能性があり、それが思わぬ成果をもたらす場合もあれば、陰性感情となって後の経過に取り返しのつかない影響を及ぼす場合もある。音楽療法を依頼する医療者や施術者がこのことを理解し、適切に対処する能力を養うと同時に、関係者が密に連携し得る環境を構築することが極めて重要である。

5. 文献検索の条件

本項では、システマティックレビューのなかに予後に関する報告がなかったため、1件の無作為化比較試験を参照した。

[検索データベース] PubMed

[検索キーワード] 「Music therapy」

[検索期間] 2000年1月1日～2014年12月31日

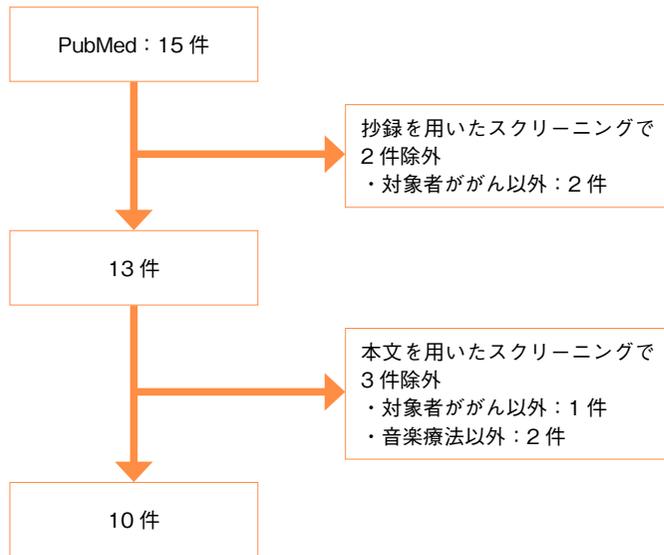
[検索日] 2015年6月9日

[検索式]

▶ システマティックレビュー：15件

Music therapy AND (cochrane database syst rev[ta] OR meta-analysis[pt] OR meta-analysis[tj] OR systematic review[ti]) AND Cancer AND 2000/01/01[dp]: 2014/12/31[dp]

●文献検索とスクリーニングのフローチャート（システマティックレビュー）



2 臨床疑問

▶ 臨床疑問 8-1

音楽療法は、がんに伴う身体症状を軽減するか？

1 痛み

本臨床疑問に関連するシステマティックレビューが5件ある。そのうち2件は検査時に関する報告である。

Poderら¹⁾によるシステマティックレビューでは、小児がん領域における3件の無作為化比較試験と2件の非盲検試験について文献的考察を行っている。音楽療法は不安、つらさ、ストレス、痛みなどを軽減することにより患児の良好な状態に寄与し得るが、全般的には強い根拠があるとはいきれないとまとめている。

Coleら²⁾によるシステマティックレビューでは、Cochrane Library, Cinahl, Medline, Natural Standerd, Scopusを検索し、7件の手術患者、3件の薬物療法患者、1件の手術・薬物療法患者、4件の集中治療患者、2件の妊婦について文献的考察を行っている。すなわち、悪性疾患以外の対象者も含まれているが、これによれば、音楽療法は疼痛治療の補助療法として有用であり、安全かつ看護の一環としても利用可能であるとされている。

Bardiaら³⁾によるシステマティックレビューでは、3件の非盲検試験のうち1件で音楽療法が痛みの軽減に有用であったが、いずれの試験も被験者数が少なく、短期的な効果のみが測定されている点に問題があると指摘している。

以上より、音楽療法は、がん患者の痛みを軽減し得るが、有用性が確立されているとは結論づけられない。

2 消化器症状

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

3 呼吸器症状

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

4 泌尿器症状

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

5 倦怠感

本臨床疑問に関連するシステマティックレビューが2件ある。

Bradtら⁴⁾によるシステマティックレビューでは、音楽療法は不安、気分、QOLを改善し、心拍数、呼吸数、血圧、痛みをやや軽減し得るが、倦怠感や全身状態を改善し得る根拠はないと述べている。

Zhangら⁵⁾によるシステマティックレビューでは、2件の無作為化比較試験において音楽療法により倦怠感が悪化していた。

以上より、音楽療法は、がん患者の倦怠感の軽減に有用であるとは結論づけられない。

6 睡眠障害

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

7 その他

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

▶ 臨床疑問 8-2

音楽療法是、がんに伴う精神症状を軽減するか？

1 不安・抑うつ

本臨床疑問に関連するシステマティックレビューが6件ある。

Archer ら⁶⁾によるシステマティックレビューでは、アート、音楽、ダンスなど種々の creative psychological interventions (CPIs) の効果について文献的考察を行っている。そのうち音楽療法に関する報告は3件あった。各試験の結果、CPIs は全体として不安、うつ、QOL、コーピング、ストレス、怒り、気分を改善したが、身体症状の改善に対する寄与は少なく、各療法による効果の違いは明らかではなかった。

Poder ら¹⁾によるシステマティックレビューでは、小児がん領域における3件の無作為化比較試験と2件の非盲検試験について文献的考察を行い、音楽療法的は、不安、痛みを改善し、ゲームへの参加、コミュニケーションなどを促進し、患児の良好な状態に寄与し得るが、全般的には強い根拠があるとはいきれないとまとめている。

Boehm ら⁷⁾によるシステマティックレビューでは、乳がん患者に対する芸術療法に関する11件の無作為化比較試験と2件の非盲検試験について文献的考察を行っている。そのうち音楽療法に関する報告は3件あった。各試験の結果、音楽療法も含めた芸術療法は全体として不安を改善したが、うつとQOLの改善に対する寄与は認められなかった。

Nightingale ら⁸⁾によるシステマティックレビューでは、13件の無作為化比較試験について文献的考察を行い、音楽療法は11件で不安を改善し、2件では不安の改善に寄与しなかったと述べている。一方、対象がさまざまであり、試験デザインや音楽療法そのものにも違いあるという問題点も指摘している。

Bradt ら⁴⁾によるシステマティックレビューでは、30件の無作為化比較試験について文献的考察を行い、音楽療法は不安と気分の改善には寄与し得るが、うつへの効果は支持されないと報告している。

Zhang ら⁵⁾によるシステマティックレビューでは、32件の無作為化比較試験について文献的考察を行い、音楽療法は17件で不安を軽減し、7件でうつを改善したと報告している。

以上より、音楽療法は、がん患者の不安を軽減し得るが、うつの軽減には必ずしも有用であるとは結論づけられない。また、現時点で、上記以外の精神症状に関連するシステマティックレビューの報告はない。

2 その他

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

▶ 臨床疑問 8-3

音楽療法は、全般的な QOL を改善するか？

本臨床疑問に関連するシステムティックレビューが2件ある。

Archer ら⁶⁾によるシステムティックレビューでは、アート、音楽、ダンスなど種々の creative psychological interventions (CPIs) の効果について文献的考察を行っている。そのうち音楽療法に関する報告は3件あった。各試験の結果、CPIs は全体として精神症状や気分障害とともに QOL を改善するが、各療法による効果の違いは明らかではなかった。

Boehm ら⁷⁾によるシステムティックレビューでは、乳がん患者に対する芸術療法に関する11件の無作為化比較試験と2件の非盲検試験について文献的考察を行っている。そのうち音楽療法に関する報告は3件あった。各試験の結果、音楽療法も含めた芸術療法は QOL の改善に寄与しなかった。

以上より、音楽療法は、QOL の改善に必ずしも有用であるとは結論づけられない。

▶ 臨床疑問 8-4

音楽療法は、何らかの望ましくない有害事象を引き起こすか？

本臨床疑問に関連するシステムティックレビューの報告はないが、Zhang ら⁵⁾によるシステムティックレビューのなかに、2件で音楽療法により倦怠感が悪化したという記載がある。しかし、その他の試験結果も含めて重篤な有害事象は報告されていない。

以上より、音楽療法による有害事象は軽微であると考えられる。

▶ 臨床疑問 8-5

音楽療法は、検査・治療等に伴う有害事象を軽減するか？

本臨床疑問に関連するシステムティックレビューが2件ある。

Thrane ら⁹⁾によるシステムティックレビューでは、音楽療法は、白血病の小児に対して腰椎穿刺を施行する際の痛みと不安を軽減し得た。

Galaal ら¹⁰⁾によるシステムティックレビューでは、6件の無作為化比較試験について文献的考察を行い、コルポスコピーを施行する際の音楽は被験者の不安と痛みを軽減すると報告している。

以上より、音楽療法は、検査・治療等の有害事象を軽減し得ると考えられるが、限られた範囲での報告である。

▶ 臨床疑問 8-6

音楽療法は、予後を改善するか？

1 全生存率 (total mortality)

現時点で、本臨床疑問に関連するシステムティックレビューの報告はない。

Hilliard ら¹¹⁾によれば、終末期がん患者に対する1件の臨床試験¹¹⁾で、生命予後の延長には寄与しなかったことが報告されている。

2 原因特異的死亡率 (cause-specific mortality)

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

3 無病生存率 (disease-free survival), 無増悪生存率 (progression-free survival), 奏効率 (tumor response rate)

現時点で、本臨床疑問に関連するシステマティックレビューの報告はない。

(儀賀理暁)

【文献】

- 1) Poder TG, Lemieux R. How effective are spiritual care and body manipulation therapies in pediatric oncology? A systematic review of the literature. *Glob J Health Sci* 2013; 6: 112-27
- 2) Cole LC, LoBiondo-Wood G. Music as an adjuvant therapy in control of pain and symptoms in hospitalized adults: a systematic review. *Pain Manag Nurs* 2014; 15: 406-25
- 3) Bardia A, Barton DL, Prokop LJ, et al. Efficacy of complementary and alternative medicine therapies in relieving cancer pain: a systematic review. *J Clin Oncol* 2006; 24: 5457-64
- 4) Bradt J, Dileo C, Grocke D, et al. Music interventions for improving psychological and physical outcomes in cancer patients. *Cochrane Database Syst Rev* 2011; 8: CD006911
- 5) Zhang JM, Wang P, Yao JX, et al. Music interventions for psychological and physical outcomes in cancer: a systematic review and meta-analysis. *Support Care Cancer* 2012; 20: 3043-53
- 6) Archer S, Buxton S, Sheffield D. The effect of creative psychological interventions on psychological outcomes for adult cancer patients: a systematic review of randomised controlled trials. *Psychooncology* 2015; 24: 1-10
- 7) Boehm K, Cramer H, Staroszynski T, et al. Arts therapies for anxiety, depression, and quality of life in breast cancer patients: a systematic review and meta-analysis. *Evid Based Complement Alternat Med* 2014; 2014: 103297
- 8) Nightingale CL, Rodriguez C, Carnaby G. The impact of music interventions on anxiety for adult cancer patients: a meta-analysis and systematic review. *Integr Cancer Ther* 2013; 12: 393-403
- 9) Thrane S. Effectiveness of integrative modalities for pain and anxiety in children and adolescents with cancer: a systematic review. *J Pediatr Oncol Nurs* 2013; 30: 320-32
- 10) Galaal K, Bryant A, Deane KH, et al. Interventions for reducing anxiety in women undergoing colposcopy. *Cochrane Database Syst Rev* 2011; 12: CD006013
- 11) Hilliard RE. The effects of music therapy on the quality and length of life of people diagnosed with terminal cancer. *J Music Ther* 2003; 40: 113-37