

# ВОПРОСЫ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ И РАБОТНИКОВ СФЕРЫ КУЛЬТУРЫ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ

Файзуллаев А. Х.<sup>1</sup>, Тазина Т.В.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ФГБНУ НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко, Москва

**Актуальность.** Деятели искусства довольно часто страдают профессиональными заболеваниями. Музыканты, актеры, художники, стремясь к вершине мастерства, вынуждены находиться на пределе своих возможностей и физических, и эмоциональных, и интеллектуальных. Что касается профессиональной деятельности медицинского работника, то независимо от разновидности исполняемой работы она относится к группе профессий с повышенной моральной ответственностью за здоровье и жизнь отдельных людей, групп населения и общества в целом [1, 2].

Возможной методикой профилактики профессиональных заболеваний у данной группы пациентов может стать именно Арт-терапия.

**Результаты.** Существуют способы немедикаментозной неспецифической профилактики профессиональных заболеваний. Однако особенно именно врачи крупных стационаров, педагоги-музыканты не часто уделяют внимание профилактике профессиональных заболеваний, возможно, им не хватает теоретической подготовки в этой области. По данным статистики во всем мире около 78,2% врачей и 90 % музыкантов имеют профессиональные заболевания.

Профессиональные заболевания среди врачей в основном выявляются при стаже работы более 10 лет в возрастной группе чаще  $42,3 \pm 1,2$  года, у музыкантов уже в 70 % случаев встречаются у лиц, моложе 25 лет, особенно часто в возрасте 18-23 лет.

Для профилактики профессиональных заболеваний как среди медицинских работников, так и работников сферы искусства, в первую очередь необходимо снизить нагрузку на нервную систему. Для этого подойдет спокойная классическая музыка. В профилактике профессиональных заболеваний не менее важной стороной учебной, исполнительской и производственной деятельности врача или музыканта является организация занятий, репетиций, концертов, которые далеко не всегда зависят от самого музыканта.

Музыкотерапия как медицинское направление, использующее музыку с лечебно-профилактической целью, в настоящее время рассматривается в широком интегративном контексте. Музыкотерапия тесно связана с медициной, физиологией, общей и музыкальной психологией и другими научными сферами. Психологические состояния личности очень чувствительны к музыкальным ритмам. Доказано, что терапия музыкой способна регулировать эмоциональное состояние, облегчать переживания, повышать социальную активность [3].

**Заключение.** Грамотно подобранные музыкальные композиции позволяют снизить уровень содержания стрессовых гормонов в крови, а также ускорить процесс лечения. Поскольку музыка представляет собой ритмически организованную последовательность сигналов, она способна воздействовать на те мозговые центры, которые регулируют частоту и интенсивность сокращений сердечной мышцы.

Кроме пассивной терапии существует и активная музыкотерапия, которая представляет собой терапевтически направленную, активную музыкальную деятельность. Например, импровизация, по словам учёных, является средством коррекции и диагностики психологического состояния человека.

**Литература:**

1. Блаво Р. Исцеление музыкой. – СПб., 2003.
2. Рыжов Ю. Влияние темпо-ритмической структуры музыки на психофизиологическое состояние человека // Психотехнологии в социальной работе / Под ред. В.В. Козлова. – Ярославль: ЯрГУ, 2005. – Вып. 10. – С. 203-208.
3. Рыжов Ю. Психосоматические реакции на некоторые виды музыкального искусства // Психотехнологии в социальной работе / Под ред. В.В. Козлова. – Ярославль: ЯрГУ, 2005. – Вып. 11.