



# Musikterapi – et tilbud til familier på Barselsafsnittet

Musikterapi er en behandlingsform, hvor man bruger musik til at lindre symptomer som fx smerte, rastløshed, kvalme, uro og angst. På Barselsafsnittet kan musikterapi bidrage til ro og lindring efter fødsel og ved etablering af amning.

## Sådan bruges musikterapi

Musik kan opløfte eller berolige, og påvirke krop og sind på den måde, der er behov for. På hospitalet vil du kunne høre musikterapeuten spille for alle på gangen, men det er også muligt at bede om en 1:1 session på stuen. På stuen kan musikterapeuten tilbyde:

- live-musik, der passer til dit behov
- en guidet afspænding
- mulighed for at skrive en sang og få den indspillet.

En session kan vare fra 5 minutter til 1 time afhængigt af omstændighederne og jeres behov. Det kræver ingen musikalske forudsætninger at få gavn af behandlingen.

### Hvad er en musikterapeut?

En musikterapeut er en dygtig musiker, som også er trænet i at rumme og arbejde med den udfordrende virkelighed, som patienter og pårørende på hospitalet er konfronteret med. Musikterapi er en 5-årig uddannelse på Aalborg Universitet.

### Kontakt og mere viden

Spørg en sygeplejerske eller jordemoder, hvornår musikterapeuten er til rådighed. Har du spørgsmål om musikterapi, kan vores musikterapeut komme ind til dig/jer og give svar.



### **Evaluering**

*Hvis du har oplevet musikterapi under din indlæggelse på Barselsafsnittet, vil vi gerne høre om din oplevelse. Du kan give din mening til kende ved at besvare et kort spørgeskema via denne QR-kode. Det tager 1-2 minutter.*