



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๕๕-๕๐๐๐
ภายใน ๑-๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๖๕๕-๐๓๑๑

ข่าวจากหนังสือพิมพ์คมชัดลึก ฉบับประจำวันที ๘ เดือนตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๗ หน้า ๒๕ มูลค่าข่าว ๒๐๐,๐๘๘.-

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสิ่งพิมพ์ สนใจดูที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

มหัศจรรย์ ดนตรีบำบัด

● ผลวิจัยจากโรงพยาบาล
ชาลซ์บูร์ก ประเทศออสเตรีย พบว่า
คนไข้หลังการผ่าตัดที่ได้ฟังดนตรีคลาสสิกวันละ 25 นาที ต่อ
เนื่องเป็นระยะเวลา 1-2 เดือน จะฟื้นตัวได้เร็วกว่าปกติ ศูนย์
เรียนรู้สุขภาพฯ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ
(สสส.) จึงได้จัดกิจกรรม “เสาร์สร้างสุข” ตอน “มหัศจรรย์
ดนตรีบำบัด มิวสิก เธอราพี” โดยจัดให้มีการเสวนาหัวข้อ **ฟื้นฟู
ใจผู้ป่วยด้วยดนตรีบำบัด** พร้อมการแสดงสดของวงมโหรีระทีก
เบญจมาภรณ์ จันทรพัฒน์ ผู้อำนวยการสสส. กล่าวว่า
สสส. ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญต่อการสร้างสุขภาพะองค์
รวมของคนไทยทั้ง 4 มิติ คือ กาย จิต ปัญญา และสังคม
จึงเป็นที่มาของกิจกรรมเสาร์สร้างสุข เพื่อเปิดโอกาสให้
สมาชิกภายในครอบครัวได้ทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ
ร่วมกัน รวมถึงการส่งต่อความสุขไปยังสังคม เช่น
กิจกรรมเสาร์สร้างสุข ตอน มหัศจรรย์ดนตรีบำบัด
ในครั้งนี่ นอกจากนัดตลอดเดือนตุลาคมนี้ ยังมีกิจ
กรรมอื่นๆ ที่น่าสนใจ เช่น กิจกรรม เฮอร์ เช็ก อัพ



เบญจมาภรณ์ จันทรพัฒน์



น้อย 1-2 เดือน พร้อมกับรักษาจิตใจควบคู่ไปด้วยจึงจะได้ผลดี
ด้าน **นพพล โกมารชุน** ผู้จัดละครและผู้ก่อตั้งวงดนตรี
มโหรีระทีก ดนตรีลีลา กล่าวว่า วงดนตรีจิตอาสา มโหรีระทีก ดนตรี
ลีลา ต้องการนำเสนอแนวทางการรักษาแบบมิวสิก เธอราพี ที่เชื่อ
ว่า จิตเป็นนายกายเป็นบ่าว ถ้าจิตใจได้รับการบำบัดจนมีความสุข
จิตที่ดี ร่างกายย่อมฟื้นฟูและแข็งแรงตามไปด้วย โดยที่ผ่านมา
ทางได้เดินสายเล่นดนตรีเพื่อมอบความสุขให้กับผู้ป่วย รวมถึง
การจัดการแสดงเพื่อหารายได้สมทบทุนมอบให้โรงพยาบาลต่าง ๆ
ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
ทั้งนี้ผู้ที่สนใจสามารถสำรองที่นั่งหรือสอบถามเพิ่มเติมได้ที่
activity.thc@thaihealth.or.th

กิจกรรม ฟู้ด ฮีโร ตอน เบญจมาภรณ์ ครอบ คุณค่า และกิจกรรมธรรมชาติเสริมสร้าง สมดุลชีวิต โดย พระอาจารย์สมพงษ์ รัตนวังโส และทีมงานธรรมะเดลิเวอรี่ รวมทั้งกิจกรรมที่น่าสนใจอื่นๆ



ผ.ศ.นพ.สุทัศน์ รุ่งเรืองหิรัญญา

ด้าน **ผ.ศ.นพ.สุทัศน์ รุ่งเรืองหิรัญญา** ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กล่าวว่า การ
ใช้ดนตรีเพื่อบำบัดอาการป่วยเป็นที่ยอมรับในหลายประเทศ
โดยผลวิจัยพบว่า คนไข้หลังการผ่าตัดที่ได้ฟังดนตรีคลาส
สิกวันละ 25 นาที สามารถฟื้นตัวได้เร็วกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ฟัง
ดนตรี การใช้ดนตรีบำบัดให้ได้ผล ผู้ฟังควรมีสมาธิ
เพื่อให้ประสาทหูและสมองได้ทำงานร่วมกันอย่าง
เต็มที่ อุณหภูมิห้องที่เหมาะสมคือ 25 องศาเซลเซียส
แสงในห้องต้องไม่จ้าเกินไป จังหวะเพลงที่เหมาะสม
และฟังอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ ใช้ระยะเวลาอย่าง

