



CURRICULUM VITAE

Audun Myskja

Idrettsvn. 20
1400 Ski

E-post: info@livshjelp.no
Tlf: 64 91 39 90
Faks: 64 91 39 91

Født: 9.1.1953
Sivilstand: Gift, 3 barn

GENERELT

- Fra 2006 Ph.D.-programmet *Integrert musikk – en metode for kvalitetsforbedring i eldreomsorgen* ved GAMUT, Universitetet i Bergen, under veiledning av professor Brynjulf Stige, professor Torgeir Brunn Wyller og professor Suzanne Hanser, med støtte fra G. C. Rieber-fondene. Tre ferdigstilte studier per april 2007.
- Fra 2005 Overlege ved Bergen Røde Kors sykehjem i 20 % stilling.
- Fra 09.1999 *Faglig leder for Senter for livshjelp*, et tverrfaglig samarbeidsprosjekt innen palliativ og forebyggende medisin, med vekt på hjelp til selvhjelp ved kroniske og alvorlige lidelser. Undervisning, kurs og konsultasjoner.
- 1998-1999 *Overlege ved Hospice Lovisenberg*
- 1992 *Spesialist i allmennmedisin, fornyet 1997, 2002 og 2007*
- 1988-98 Allmennpraksis
- 1983-88 Allmennpraksis og indremedisin (Gravdal sykehus)
- 1981 *Cand. Med., Trondheim*
- 1973-76 Parallele universitetsstudier i psykologi og religion; fullført mellomfag i religionshistorie ved Universitet i Bergen (Per Kværne). Stud. med. Bergen/Trondheim.
- 1972-75 Humanitært arbeid og gårdsarbeid med psykisk utviklingshemmede i Frankrike og Irland

PROSJEKTER - PROSJEKTLEDER

- 2005-2008 *Musikk og helse i et lokalsamfunn* – et prosjekt med integrering av musikk og andre kulturtiltak i helsetilbud i en kommune med et ressursperspektiv og fokus på integrering i utdanning og videreutdanning av helsearbeidere. Samarbeid med HINT og HUNT i Nord-Trøndelag, støttet av Levanger kommune.
- Fra 2006 Forskningsprosjektet *Langtidsresultater av rytmisk trening for Parkinsonpasienter*
- 2005 *Videre*, forskning på musikkens virkning på kronisk syke – utgitt 3 CDer 2005-6 på Kirkelig Kulturverksted, i regi av Kirkens Bymisjon/Helse og Rehabilitering.

- 2004-06 **Musikk på sykehjem**, i regi av Bergen Røde Kors Sykehjem, støttet av G C Rieber Fondene. Veileder for integrering av systematisk metode for terapeutisk bruk av musikk ved sykehjem.
- 2003-05 **Å finne rytmen – Rytmask auditiv stimulering og Nevrologisk musikkterapi som støtte i rehabiliteringen av Parkinsonpasienter**, i regi av Norges Parkinsonforbund/Helse og Rehabilitering.
- 2002-04 **Musikk i siste livsfase – sang og musikk som lindring for beboere ved sykehjem (50 % stilling)**, utvikling av metoder for optimal bruk av musikkterapi og andre omsorgstiltak hos alvorlig syke og døende sykehjemsbeboere, i regi av Kirkens Bymisjon/Helse og Rehabilitering.
- 2000-02 Overlege ved GERIA Ressurssenter for alderspsykiatri/aldersdemens i Oslo kommune, medisinsk divisjon, Ullevål Sykehus i 50 % stilling som leder for prosjektet **Individualisert musikk i eldreomsorgen – et prosjekt ved tre sykehjem i Oslo**. Prosjektet er blitt innlemmet i GERIAs hovedaktivitet; fra 2003 arbeider en ressursgruppe med Myskja for å konsolidere og videreutvikle metoden ved de tre involverte sykehjem og andre utvalgte institusjoner i Oslo.

PROSJEKTER - VEILEDER

- 2006-07 **Det kreative sjukehuset**, EU-prosjekt i samarbeid mellom sjukehusene i Østfold og Bohuslän/Norre Älvsland, faglig hovedveileder sammen med professor Vinjar Fønnebø, NAFKAM
- 2006-08 **Kultur og helse i en fylkeskommune (FOLK-2)**, støttet av Norges Forskningsråd, leder og veileder for delprosjekt med sammenlignende bruk av musikk og dans ved alders- og sykehjem og videregående skoler
- 2005-07 **Minner for livet**, i regi av Kirkens Bymisjon/Helse og Rehabilitering
- 2004-06 **Kreativitet i alderspsykiatrien**, NKS, støttet av Stiftelsen Helse og rehabilitering.
- 2001-02 **Lyden av lys**, musikk for alvorlig syke og døende, i regi av Stiftelsen Kirkens Bymisjon Oslo/Helse og Rehabilitering. Cd *Lyden av lys* 2002, evaluert 2002-04.

UNDERVISNING

- 1988-2001 Over hundre kurs og seminarer innen avspenning, musikk og meditasjon som egenomsorg.
- Fra 2000 Fast engasjement som foreleser ved medisinstudiet i Oslo.
- Fra 1999 Fast engasjement som foreleser ved musikkterapistudiet.

Rådgiver for pasientforeninger og selvhjelpsgrupper, eksempelvis grupper for spiseforstyrrelser, angstsyndromer, søvnsykdommer, revmatiske lidelser og cancer. En rekke foredrag for ulike pasientforeninger om forebyggende og lindrende tiltak via kosthold, mental og emosjonell trening, fysiske øvelser, samt terapeutisk bruk av musikk og stemme.

Fra 1999 holdt over 100 foredrag og seminarer årlig innen helsevesenet om musikk, medisin og lindring, smertebehandling, supplerende behandling, palliativ og forebyggende medisin, kosthold, musikk og medisin, kvalitativ forskningsmetodikk, egenomsorg, terminal omsorg og møtet med døden - aktivitetslister, evalueringer og anbefalinger kan ettersendes.

Eksempler på undervisningssteder:

- Norsk revmatologisk forening
- Allment praktiserende legers forening
- Fylkessjukehuset i Molde, årlig fagdag – dagsseminar 2002
- Universitetssykehusene i alle regioner
- Det norske Radiumhospital
- Norsk årsmøte for ledere ved geriatri-institusjoner 2002
- Montebellosenteret, DNK fagseminar 2003
- NIPA bedriftslederseminar 2000
- 400-års jubileet for offentlig helsevesen. Flere fylker 2003
- Invitert samarbeidsforeleser og veileder til det statsstøttede Kultur og helse-prosjektet ved Høgskolen i Nord-Trøndelag – flere oppdrag 2002-6
- Serie dagsseminarer for Kulturforbundet 2003-5, landsdekkende (10 regioner)
- Foredrag og/eller dagsseminar ved høgskolene i samtlige fylker
- Landskonferanse Kunst-kultur-helse 2005-6
- Seminar for Det danske ergoterapiforbundet 2005
- Undervisning for ansatte ved sjukehus i flere regioner i Sverige fra januar 2006, i EU-regi
- Hovedforeleser ved Fagforbundets årsseminar april 2006
- Den Norske Lægeforening 2007
- Flere forelesninger om musikk i medisinen for matesisk helsevesen, Malta 2007

Presentasjoner på fagkongresser:

- Nordisk kongress i gerontologi Aarhus mai 2002
- Nordisk veilederkongress innen helsevesenet 2002
- 2. Internasjonale Konferanse om komplementær kreftbehandling Oslo juni 2004
- Nordisk kongress i komplementær medisin april 2005
- Nordisk kongress i palliativ medisin Bodø mai 2005
- World Congress of music therapy Brisbane juni 2005
- IPA World Congress of gerontology Stockholm september 2005
- Nordisk Parkinsonkongress Sigtuna januar 2006
- Omsorgskonferansen Trondheim mars 2006
- Sound and Science symposium København mai 2006
- Første internasjonale kongress i blomstermedisin, Cromer, England september 2006.
- Sosial- og Helsedirektoratets 1. konferanse om kultur og helse; Kulturbeite, november 2006
- European society of philosophy in medicine, Helsinki august 2006 (Individualized music).
- Kultur former framtida. Kulturforbundets Nasjonale Kulturkonferanse, mars 2007
- Omsorgskonferanse for psykisk helse, Trondheim januar 2007
- European society of philosophy in medicine, Cardiff, august 2007 (Music therapy in geriatrics – methodical aspects, Ethical considerations in the diagnostics and treatment of nursing home patients with dementia)
- IPA Congress. Internasjonal geriatri-kongress (25-jubileum), Osaka, oktober 2007
- European Lupus Society 2006

Hoved- eller medansvarlig for følgende kongresser:

- *Musikk i siste livsfase* Oslo mars 2005
- *Syng for livet* Oslo mars 2006 (i samarbeid med Norsk Musikkråd)
- *Å finne rytmen* Gardermoen mars 2006
- Seminarer med musiker Marie Bergman ved flere kongresser 2005-6.

PUBLIKASJONER

Bøker om musikk:

- *Den musiske medisin.* Oslo: Grøndahl Dreyer 1999. (Oversatt til dansk og russisk)
- *Metodebok for musikk i helsevesenet.* Oslo: Unikum forlag 2005
- *Den siste song.* Bergen: Fagbokforlaget januar 2006.
- *Eget kapittel om musikkterapi i Aasgaard T (Red.) Musikk og helse,* Oslo: Cappelen 2006.
- *Eget kapittel om musikkterapi i Helsehåndboken,* Lillehammer: Faun forlag 2001.
- *Fire kapitler i Bjørgan H. (Red.). Kultur og helse.* Oslo: Andrimne Forlag 2007

Prosjektrapporter:

- *Individualisert musikk i eldreomsorgen.* Oslo: Ullevål universitetssykehus Geria Veiviser 2002 (59 s.)
- *Musikk i siste livsfase.* Oslo: Stiftelsen Kirkens Bymisjon/Unikum forlag 2006. (48 s.)
- *Videre – toner for ro og avspenning.* Oslo: Stiftelsen Kirkens Bymisjon/Unikum forlag 2006. (28 s.):
- *Å finne rytmen.* Oslo: Norges Parkinsonforbund 2006 (66 s)

Artikler om musikk og medisin utgitt i en rekke blad og tidsskrifter, blant annet

Refereed:

- Myskja A. Hvordan virker musikk på menneskekroppen? *Tidsskr Nor Lægeforen* 2000; 120: 1182-5.
- Myskja A. Eksempler på bruk av musikk i klinisk medisin. *Tidsskr Nor Lægeforen* 2000; 120: 1186-90.
- Myskja A. Kan musikkterapi hjelpe pasienter med neurologiske sykdommer? *Tidsskr Nor Lægeforen* 2004; 124: 3229-30.
- Myskja A. Bruk av musikk som terapeutisk hjelpemiddel i sykehjem. *Tidsskr Nor Lægeforen* 2005; 125: 1497-9.
- Myskja A. Rytmask auditiv stimulering - i rehabilitering av pasienter med Parkinsons sykdom og andre neurologiske lidelser. *Fysioterapeuten* 2005; 9: 9-13.
- Myskja A. Musikk i eldreomsorgen. *Demens i allmennpraksis* 2005; 4: 3-4.
- Myskja A. The day the music died. *Nordic J Music Therapy* 2007; 1.
- Myskja A. Musikk i lindrende behandling. *Nordisk Tidsskr Palliativ Med* 2007; 1..

Eksempler på andre tidsskrift med fagartikler om musikk i medisin av Audun Myskja:

- *Psykisk helse,* 1999
- *Geronius,* 2001 og 2002
- *Mead Johnson fagtidsskrift* 2001
- *Bare angst,* 1989-92
- *Musikerbladet,* 1999
- *Musikkterapi,* 2002
- *Nordic Journal of Music Therapy,* 2001
- *Parkinsonposten* 2001 og 2004

- Mat og helse 2003
- Fagbladet 2006
- Korbladet 2006
- NRK Puls 2005-7
- Eva 2005-7
- Norsk Ukeblad, Hjemmet, Allers, Familien, Vi over 60, Aftenposten, Dagbladet, VG, etc. 1999-2007.

Upubliserte artikler:

- Upublisert artikkel Behandling av kroniske og intraktable smerter, utgitt Lovisenberg Diakonale høgskole (pensumartikkel 2002, 17 s.)
- Upublisert artikkel Når døden nærmer seg, utgitt Lovisenberg Diakonale høgskole (pensumartikkel 2004, 13 s.)

Musikkutgivelser - CD/(DVD):

- Ut av egget (egne sanger) Aion 1993
- Lyden av lys (med Anders Rogg) KKV 2002
- Aum (med gruppen Aum) Stable Records 2003
- Symphony of bowles (med Leif Johansen) Stable Records 2003
- Kon-tiki (med gruppen Aum) Aum Records 2004
- Videre (med Anders Rogg) KKV 2005
- Videre avspenning KKV 2006
- MusiCure avspenning (med Niels Eje) Gefion Records 2006
- Å finne rytmen (instruksjonsDVD) Norges Parkinsonforbund 2006

Andre bøker:

- Blomstermedisin til vekst og helbredelse. Oslo: Noras Ark 2000.
- Aloe vera – naturens skattkammer. Oslo: Noras Ark 2001, oversatt til dansk, svensk og finsk, ny utgave 2005..
- Kampen om håpet. Bergen: Fagbokforlaget 2003
- Blomstermedisiner fra hele verden. Oslo: Noras Ark 2003.
- Aloe vera – nature's silent healer. London: BAAM Publishers 2003. (Sammen med Alasdair Barcroft).
- Leve med kreft. Oslo: Cappelen 2005.
- Blåbær – en smakfull antioksidant. Oslo: Noras Ark 2006.

TILLEGGSDANNING

2001-06	Utdannet og sertifisert innen Nevrologisk musikkterapi (NMT) og Rytmask Auditiv Stimulering ved Center for Biomedical Research, Colorado State University, under prof. Michael Thaut.
2002-03	Utdannet i DCM (Dementia Care Mapping) ¹ ved University of Bradford november 2002. Tatt avansert grad i DCM februar 2003.
2001-05	Sertifisert som nevrologisk musikkterapeut 2001, Fellow i. nevrologisk musikkterapi 2005

¹ DCM er den mest omfattende og presise kartleggingsmetode for forbedring av demensomsorg som til nå er utviklet

- 1995-99 Sertifisert konsulent i dr. Tomatis' lydmetode.
- 1977-99 Utdanning lyd og stemmebruk hos Anne Parks, Fabien Maman, Iegor Reznikoff, Vemu Mukunda og Valerie Drouot.
- 1978-98 Psykoterapeutisk utdanning Psykisk Center (Bob Moore) Danmark (cirka 400 undervisningsdøgn)

VERV OG PRISER

- 1998 Soria Moria-prisen 1998 (Den Norske Lægeforening) for helseopplysningsprosjektet "Den musiske medisin".
- 2002 Tildelt *Den norske Legeforenings kvalitetspris*, for prosjekter med musikk innen geriatri og lindrende behandling.
- Fra 2004 Styremedlem (norsk representant) forskergruppen Musica humana.
- Fra 2005 Medlem av Medisinsk-rådgivende utvalg (MRU), Norges Parkinsonforbund.
- Fra 2000 Referee Norsk Legemiddelhåndbok (kapittel om Palliativ medisin)
- Fra 2006 Referee Nordic Journal of Music Therapy
- 2006 Valgt inn i International Society for Music in Medicine
Anmelder, Tidsskrift for den norske lægeforening

ARBEID MED LYD OG STEMME

- 1977-78 Lærte toning (Anne Parks, L. E. Keyes)
- 1980-88 Utdanning og egen praksis
- Fra 1988 Jevnlige kurs i selvhelbredelse ved lyd og stemme for ulike fag- og pasientgrupper
- Fra 1995 Utdannelsesrettede kurs i toning for kompetansebygging innen terapeutisk stemmebruk
- Fra 1997 Forskning på bruk av terapeutiske frekvenser, i samarbeid med Olav Skille og Randall Gray