

學音樂有助腦部健康？

研究人員也指出，這次研究對象大多在 10 歲時，就開始接觸樂器，而且都不是專業音樂家，接觸樂器種類大多以鋼琴為主，其他還包括木管、弦樂、打擊與銅管樂器，不過，目前仍無法確認學音樂對於腦部真正的影響原因為何。

美國一所大學針對民眾學音樂與認知反應上關係進行研究發現，小時候曾學習過樂器或經過看譜訓練的民眾，到老年時腦部認知功能較佳。

美國埃默里大學研究人員邀請 70 位身體健康，年紀 60 歲到 83 歲的民眾參加這次實驗，並依過去是否受過音樂訓練以及接觸音樂的程度分成 3 組，並分別給予言語、記憶與注意力的測驗，結果發現曾學習過樂器或曾學過看譜的民眾，在認知測驗上的表現，比完全沒碰過音樂的人佳。

研究人員漢納帕拉蒂對此表示，「學習音樂等於提供腦部在認知功能上，一個訓練機會一樣，讓腦部可以保持更健康，對往後生活不同挑戰也較能應付。」

因此，當被問到家長是否要送孩子學音樂，讓腦部一輩子受用，研究人員漢納帕拉蒂保守地說，「這我不敢保證，但學音樂本身並不是件壞事。」本次研究結果刊登

《Neuropsychology》期刊。