

第26回日本心療内科学会

タッチケアを通して 全人的医療を考える

銀座レンガ通りクリニック

臼井幸治

第26回日本心療内科学会総会・学術大会
COI 開示

発表者名： 臼井 幸治

演題発表に関連し、開示すべきCOI 関係
にある企業などはありません。

全人的医療とタッチケア

・全人的医療とは、医療の視点を患者の臓器単独におくのではなく、病をもった人間（whole person）として捉え、身体的・心理的・社会的・実存的な視点から包括的に（全人的に）理解し人間としての秩序を整えようとするものである。

（心身症の診断と治療／永田勝太郎編集）

・全人的な治療の補助としてタッチケアを導入した

タッチケア

- タッチケアとは、『赤ちゃんとお親の心と体が触れ合うことにより親子の絆を深めることの大切さを唱えるコンセプト』（日本タッチケア協会）
- 1988年、久留米のマリア病院NICUで始まった。入院が長期化した未熟児に対し触れる事で情緒が安定し、体重増加、免疫機能にも影響があった。
- 1992年マイアミ大学NICUでは効果が確認され、1997年の世界小児医学会で発表され大きな注目を浴びた。

症例) 40代男性 発達障害、双極性スペクトラム

【主訴】気分の落ち込み

【現病歴】X-17年、気分の落ち込みを認め近医受診。

X-13年に転院し受診時は転倒しても自分で立てなかった。強迫性障害、拒食症の病名で通院していた。その後も、父親の他界や、仕事上のトラブルなどで気分が落ち込み改善しなかった。食欲不振や易疲労感等が強くX-8年に2回入院。X年3月、自ら発達障害を疑うも相手にされずX年4月、当院へ転院となった。

症例

身長163cm、体重45kg、BMI16.9 【血液検査】異常なし

【家族歴】父親：ASD、アルコール依存、食道癌で他界

【検査】WAISⅢ（X年5月）：アスペルガー障害

【成育歴】

母方は音楽一家、父方は学歴至上主義だった。幼少期から拘りが強く、中学の成績では学年1位になったこともあったが、一度、思った事を変えるのが困難であり対人関係では苦労が絶えなかった。ボランティア経験もある。

治療経過

初診時は母親、弟と当院受診。暫くはこれまでの治療に対する不信感や、仕事上の対人関係の悩みで終始していた。

X+2年、母親に眩暈が出現し当院受診。タッチケアを行ったところ、温感や発汗と共に眩暈が改善。

X+3年、良くなっていく母親を見て興味を示し、受けたところ体調の改善を体験。この頃から他責or 自責的な発言は減った。食事や生活リズムへの拘りは強く偏食だったが徐々に変更していった。同時にSNSで他者を励ますような投稿をするようになった。

母方：音楽一家

父方：学力至上主義

拘りの強い性格

小学低学年：虐め
父：父に対する不信感
母：音楽の話ができず劣等感

近医：強迫性障害
拒食症

2度の入院

ASD・悲観的発言

行動変容

サトワタッチケア

SNS

自己肯定感 ↑
抑うつ気分 ↓

タッチケアの実際

<所要時間> 3～5分

<道具> なし

<手順>

着衣のまま、診察ベッドで行う。

腹臥位の姿勢で、最初に背中全体を軽く揺らしたり圧をかけて触れる。

次に、背中全体を軽く揺らし触れていく。

必要に応じて、背臥位も同様に行う。

著効疾患例

1～数回で倦怠感の改善等、何らかの変化（改善）があった症例

新型コロナウイルス感染後遺症、身体表現性障害、不眠症、うつ病、双極性スペクトラム、過敏性腸症候群、片頭痛・筋緊張性頭痛、乳がん、リンパ管浮腫、慢性疲労症候群、急性リンパ性白血病後の全身浮腫、適応障害
不安神経症

考察

- 思考を介さない直接的な刺激が、安心感や信頼関係の構築を可能にさせた
- タッチケアによる安心感が契機となり行動変容に繋がった
- 瞑想（心を無にする）をベースにしたサトワタッチは自然治癒力を活性化している可能性

結語

- タッチケアを大人に施行し効果があった。
- 科学的には解明されていない事が多くあり様々な検証はこれから。
- 短時間で施術可能であり、全人的医療の新たな治療方法になる可能性あり。
- 関係性を重んじる心療内科医が一番向いている。