

平成 30 年 3 月 12 日

一掌堂治療院
藤井徳治 院長様

プレインターンシップレポート

プレインターンシップ研修生針灸科 2 年

<各勉強会の振り返り>

第 1 回 環境ホルモン

環境ホルモンは「内分泌系に影響を及ぼすことにより、生体に障害や有害な影響を引き起こす外因性の化学物質」と定義されています。

「カップ麺の容器が溶け出して人体に影響する」などと言われ一時的に注目されましたが、その後あまり話題に上らなくなっています。

しかしながら、今回の勉強会で環境ホルモンによる生殖機能異常などが実際にあることや、男性不妊との関連性もデータとして示され、あらためてその影響の大きさを痛感することとなりました。

女性の不妊に対する取り組みは取り上げられることも多いですが、男性の不妊に対しては情報も少なく、女性の不妊治療と併せて男性にも同様に行うことで妊娠の確率も上がると考えられることから、患者さんへ積極的に情報提供をしていく必要があると感じ、非常に参考になりました。

第 2 回 電磁波

電流が波のように変動すると同時に波の形で磁気エネルギーが起こる。これが人体に影響を及ぼすと言われてきました。

妊娠との関係においては、流産、小児白血病の発症率上昇や先天性異常、また、ポケットにスマホを入れておくと精子が 30%減少したり、パソコンの近くでは精子活動が静止するなど影響が大きいことも実証されています。

勉強会では実際に電磁波の計測器を使用して、電子レンジ、電気毛布、携帯電話などを測定し、針が振り切れるほどの測定値を示したものもありました。

しかしながら、電子レンジをはじめ、TV、携帯電話、パソコンなど日常生活で関りをなくすることができないもの、すなわち電磁波を避けては生活ができない現状において、どのような影響があって、どのように気を付ければ影響を最小限に留められるかということを知ることが重要で、不必要に過敏なストレスを感じることなく生活できるということが今回の勉強会で理解できました。

世界保健機構（WHO）においても、携帯電話の電磁波と脳腫瘍リスク（神経膠腫、聴神経腫瘍）に証拠が認められたとされており、長期使用の場合のリスクや電子機器との関わり方を認識したうえで、生活していく必要性を感じました。

第 3 回 高層マンション症候群

高層マンション症候群とは、10 階以上の高層マンションに居住する住民に生じるとされる様々な肉体的あるいは精神的な症状をいいます。

具体的には、子供の自律神経障害、高血圧、シックハウス症候群、偏頭痛、めまいなどがあり、女性への影響については、6階以上に住んでいる33歳以上の女性の流産率や帝王切開率の増加があります。

これは海外では広く知られていることのように、スウェーデンでは住居の低層化、イギリスでは子育て世代は4階以上に住まないように制限、サンフランシスコやワシントンでも住居の高さを制限しています。

もともとの身体の状態によって発症も影響されると思われませんが、データとして流産率の上昇なども挙げられていることから、避けられるリスクは避けて生活していかないといけないですし、このような情報が日本では広く知られていないため、不妊治療に取り組まれている方には妊娠率を上げるためにも情報提供していかねばいけないと感じました。

第4回 精油

精油とは植物の花、葉、果皮、樹皮などから抽出した揮発性の芳香物質をいいます。

嗅覚が自律神経系やホルモンの分泌や免疫系その他に大きな影響を与えるといわれており、精油による品質の違いや、劣化などによる影響を認識していないと、「天然だから安全」などといった単純な認識で取り扱い、アレルギーなどを誘引することにもなり、通経作用のため妊娠初期には流産の可能性もあります。

また、妊娠中の不快な症状（腰痛、吐き気、むくみ、妊娠線など）にはグレープフルーツなどのアロマが有効であり、その効能も理解して活用する必要があります。

勉強会では、精製法の違いや油脂との相違点、人体への作用の違い、アロマエッセンスによる効用に違いや精油のグループによっても相性があることも学びました。

また、アロマバスソルトを実際に作り、ホームケアの一部を体験することもできました。

普段は仕事で無難に香りを選んでいましたが、今後は効用を理解したうえで使用していくことを考えるきっかけになりました。

第5回 アクアウォーキング鍼灸療法

アクアウォーキング鍼灸療法とは、毎日大量の水を飲み、毎日3km約40分のウォーキングをしながら鍼灸治療を受ける療法をいいます。

一掌堂治療院様で患者さんからの質問をきっかけに始められた療法で、内耳にリンパ液が溜まることによる難聴、耳鳴り、音割れ、響き、めまいに効果があります。

水の摂取、ウォーキング、鍼灸治療を組み合わせることで効果を上げておられ、常に患者さん声に耳を傾けておられることでできた治療法であり、非常に興味深いものでした。

また、耳鳴りのタイプにより東洋医学的な見地にたって診たてができること（肝鬱、腎虚、痰湿・脾虚）、また脾虚による耳鳴りに対しての漢方や食事についても学びました。

第6回 更年期

更年期とは閉経をはさんだ前後約10年をいい、女性ホルモンのエストロゲンの量が急激に減少することによる様々な症状を総称して更年期障害とよびます。

勉強会では、ホルモンバランスの崩れる機序やプレ更年期、男性の更年期障害との相違点などを取り上げ、その改善方法や予防法などについて学びました。

更年期については、初期、中期、後期などでその症状に違いがあり、閉経後 10 年では狭心症や心筋梗塞などの発症率が増えます。

治療法ではホルモン補充療法のメリット、デメリット、漢方薬療法などの現状と患者さんの負担、禁忌や注意点などから、今後の更年期障害への鍼灸治療における可能性を感じる事ができました。

<まとめ>

それぞれの勉強会の課題は、一掌堂治療院様で行っておられる不妊治療や難聴治療に関するものが多く、換言すれば鍼灸治療の特性を活かすために必要な知識であると感じました。

これから鍼灸師として治療するにあたり、治療院における治療方針、患者様に接する際の考え方や症状に対する予備知識の必要性はもちろんのこと、今社会で起こっている問題などにもアンテナを張って情報収集し、患者様の声にも真摯に耳を傾けて治療に活かすことが必要だと思いました。

各勉強会開催時に鍼灸治療の実技を拝見させていただき、一掌堂治療院様で確立されている治療法の一部を拝見することができ、貴重な機会をいただきました。

不妊治療、頭痛、五十肩、更年期障害など、いずれの治療もお願いしてもなかなか見せていただくことのできないものだと思いますし、腱鞘炎への水平刺の雀啄の実践練習などは学校でも教えてくれないものが体験できました。

このプレインターンシップは、自分の鍼灸への取組の甘さや知識の少なさを痛感させられましたが、これからの鍼灸への取組方や方向性などを考える大きなきっかけになりました。

学生に余すことなく治療の現場を見せていただいた院長先生、普段の仕事も大変な中、各課題に対して入念な準備を行っていただいたスタッフの皆様には感謝してもしきれません。

知識不足の自分がお邪魔させていただくことを寛容に受け入れていただき、この1年間お世話になり本当にありがとうございました。

この経験を活かして、今後は自分なりに精一杯精進し研鑽し、患者様に寄り添った治療のできる鍼灸師を目指して頑張りたいと思います。

また、機会がございましたら勉強会にも参加させていただき、ご指導いただきたくよろしくお願い申し上げます。

末筆ながら、貴院のますますのご発展とご多幸をお祈り申し上げます。

以上