い医療システムとしての「統合医療」に対する期待も世界に高まっている。
一方、日本においては、心身医学的療法の中に、すでに CAM としての各種療法が含まれており、今後「統合医療」を進めしていくにあたり心療内科医の果たす役割は大きいと思われる。関西医科大学心療内科では、2001年から「統合医療プロジェクト」として、大学附属病院における CAM のあり方を、臨床・教育・研究の各領域で検討している。心身医学としての心療内科が発展していく方向性の一つとして、CAM セラピストとのチーム療法をも含めた「統合医療」という視点からのアプローチが、今後重要になってくると考えられる。

2. 心療内科外来におけるアロマセラピー導入の試み
梅沢医院内科・心療内科1 こども心療医療研究所2 メディカルアロマトリートメントルーム：アンジェリカ3
○高津 尚子1 小山 典子2 秋吉 敦子1
富田和已2

当院では8年前より外来診療においてさまざまな疾患に患者および家族の同意のうえで、アロマセラピーを導入し効果を実感してきたが、心療内科領域においても著効を認めたので報告する。症例1：89歳、女性、大腸癌術後のストモへの不適応からうつ状態、不眠症となる。退院後も症状がとれず家族も介護に疲労困憊していたが、真正ラベンダーの足浴を内服に併用することで軽快した。症例2：40歳、男性、パニック障害、内服治療を併用で静鎮効果をもつ精油2種の吸入と、医療報よりに指示された手技でアロママッサージを自宅で実施することにより、早期からの症状軽快をみた。

考察：医療現場で成分分析されたケモタイプ精油でのアロマセラピー導入により、患者はもとより家族も香りを楽しみながら自宅治療を実施できた。嗅覚からの直接の効果と共に治療の原点である「手当て」を行うことで、家族機能の改善も期待しようとこのから今後の治療手技の一つとして有効であると考える。

3. 全人医学としての気功法の有用性について一心療内科の集団療法での気功教室の意義
関西医科大学心療内科講座
○有城 幸男 竹林 直紀 相原 由花 中井 友英

近年、広く注目されている補完・代替医療の中

に、心身医学的療法の一つとしての気功法（内気功）がある。心身相互の気づきを通じて、心身のリラクゼーションを得る気功法が患者のQOLの改善に有効ではないかという観点から、心療内科医師と気功療法士が協同で心療内科特殊外来としての「気功教室」を試みた。隔週で月2回、合計6回を1クールとした。参加者は31～62歳までの男女で、病名はパニック障害、気管支喘息などである。評価方法として気分調査表（POMS）とアンケート表を使用した。初回目の練習前後に記入してもらったPOMSからは、練習によって「緊張・不安」「抑制・落ち着き」「怒り・敵意」「混乱」の4尺度で有意な改善がみられた。アンケートからは「参加して楽しかった」「リラックスできた」などの感想が聞かれた。これらのことから、気功法が患者の気分、情緒の改善を通じてQOLの改善に有用であることが示唆された。

4. Bodysonic testの開発
ストレサクリニック・おおにし内科/第二京都回生病院心療内科
○大西 秀典

人間のストレス解除行動には大別してエンドフィリン（体液）指向型とドーパミン（覚醒）指向型がある。

方法：bodysonic testのハードウェアは体感音響装置
(Bodysonic CX-1), DVD player, head mount display
(Olympus Eye-Trek), 皮膚電気反応（GSR）測定装置
(GT技研, Biotrainer BF-300P)よりなる。ソフトウェアは約10分間のDVDディスクである。前半はゴーカートレースとボブスレー競技の運転席からの録画ビデオ、後半はイラクの映画にサウンド・セラピー音楽を合成したビデオよりなる。被験者は臨場感あふれる映画と音響を体感し、この間のGSRを測定した。

対象：平成14年7月10月にストレスドックを受診した21例。

結果：GSRのパターンにより3タイプ
に分かれた。前半にGSRが高くなったドーパミン型、後半にGSRが高くなったエンドフィリン型、どちらも反応しなかったノンレスポンス型である。それぞれ9例、10例、2例であった。

結論：bodysonic testはストレス解消行動の指向性を明確に判別し、ストレスマネジメントの助言を行ううえで有用であった。