

## 機能性身体症候群と〈身〉の医療

第3回研究交流会・会長

福永 幹彦

(関西医科大学心療内科学講座)

〈身〉の医療研究会の第3回研究交流会では、「機能性身体症候群と〈身〉の医療」をテーマとしました。

機能性身体症候群とは、器質的な疾患ではないが、身体機能に変調をきたし、強く身体症状を自覚する病態のことです。近代医学は、器質的または機能的な異常を確認できる病態のみを対象とし、原因をつきとめ、取り除いて治療するという形をとってきました。それ故に、機能性身体症候群のような病態は、どんなに身体症状の自覚が強く、患者自身が苦しんでいても、医学医療の対象外とされていたのです。

機能性身体症候群は、近年、患者意識の向上や、機能異常の科学的確認が可能になってきたことなどから、注目されはじめた病態です。医療が患者の主観に配慮するようになった結果、光が当たってきたといえます。

視点をかえて身体症状の意味を考えてみますと、身体症状は生物本来の機能として、生きのびるための警告、サインであり、最重要な機能であったはずですが、生物たちは、この警告をもとに、行動を変え、生き延びてきたのです。ですから我々は、これらさまざまな痛み、疲労感、倦怠感などを、適切に認識し、かつ症状を緩和する方向に生活を変容しなければならないはずですが、これが機能性身体症候群の本質的な意味だと考えています。機能的な身体症状はセルフコントロールすべきであり、できるはずだということです。この解釈にそって今回のプログラムをくみました。

初日午前のワークショップでは、マインドフルネス、フォーカシング、

タッチングの各手法の実際を学びました。いずれも身体感覚とセルフコントロールが結びつく方法です。午後には特別講演として「摩訶止観」、仏教の観点からの体の処しかたを、奈倉道隆先生に講演いただきました。続くシンポジウムでは「内受容感覚と身体の気づき」をテーマとして、科学的な側面と実践的な側面の両方から身体感覚の意味に迫りました。庄子雅保先生が内受容感覚を科学する方法、サイエンスとしての面白さを、山本和美先生が概念や方法が急速に普及しつつあるマインドフルネスについて、そして最後に中川玲子先生がセラピーにおける「触れる」について、話されました。

二日目午前のワークショップでは、ヨーガ療法、オイリュトミー療法、ハコミ・セラピーの実際を学びました。午後には私が会長講演として、さまざまな機能的な身体症状を訴える患者が医療現場にはたくさんおられ、それらの身体症状は心理社会面と深くつながっており、心身両面を意識した治療が必要である事をお話ししました。最後のシンポジウムは「『身体症状』を如何にとらえるか」であり、西洋医学の立場として総合診療から西山順滋先生、アントロポゾフィー医学の立場から八尋美千代先生、東洋医学の立場から渡邊勝之先生にご講演いただき、身体症状を様々な角度から論じました。

今回の研究交流会は、機能性身体症候群という新しい症候概念を軸に、心身概念を超えた〈身〉の医療を論じるという企画でした。身体症状をより深く理解できるようになれば目的は達せられるのですが、いかがでしたでしょうか。

編集・制作協力：特定非営利活動法人 ratik

<http://ratik.org>

