

予防鍼灸研究会（SGPAM）

第 22 回定例会抄録

テーマ：ポリヴェーガル理論から読み解く自律神経とストレス

2025年6月22日

目次

EFTタッピングセラピーが線維筋痛症の治療に著効した一症例	後閑美樹子2
ポリヴェーガル理論の基礎と臨床への視座.....	津田真人3

EFTタッピングセラピーが線維筋痛症の治療に著効した一症例

はりとお灸 ほとり堂 後閑美樹子

【背景】線維筋痛症（FMS）は治療に難航し、西洋医学の薬物療法では十分な効果が得られない。今回、鍼灸治療に加えてEmotional Freedom Techniquesタッピングセラピー（EFT）を併用し、症状の改善が得られた症例を報告する。【対象】30代女性。全身の疼痛および倦怠感を呈し、地元の脳神経内科とペインクリニックを受診。線維筋痛症および慢性疲労症候群と診断された。抗うつ薬などの薬物療法を受けたが効果が乏しく、眠気やふらつきといった副作用により日常生活に支障をきたした。宮古島への移住を機に他の治療法を希望し、鍼灸治療とEFTを開始した。【方法】週1回EFTを実施。その方法は経穴7カ所をタッピングしながら感情の表出と解放を促す心理的介入である。更に直近1週間に患者が経験したネガティブな出来事を語らせ、傾聴し、抑圧しがちな感情を表出するよう奨励した。続いて鍼灸治療では、FMS分類基準の圧痛点でもある後頭部、側頭部、後頸部、肩背部などの疼痛部位に対し、筋緊張の緩和を目的とした鍼通電療法を行った。【結果】全60回の治療を通じて、抑圧されていた感情を徐々に自由に表出できるようになった。これに伴い、疼痛や倦怠感が軽減し、寝たきり状態から脱し、ADL（日常生活動作）が改善。最終的には自身で仕事を立ちあげるまでに回復した。【考察】EFTで精神的側面が改善したことにより、身体的な疼痛や倦怠感も軽減したと考えられる。【結論】鍼灸治療とEFTの併用は、線維筋痛症患者の症状の改善にも有効であった。

（本文652字）

略歴

1989年 立教大学英米文学科卒業

編集者、翻訳、ライター業を経て

2018年 沖縄統合医療学院鍼灸学科卒業

2020年 はりとお灸 ほとり堂院長

鍼灸師。

ポリヴェーガル理論の基礎と臨床への視座

心身社会研究所 自然堂治療室・相談室 津田真人

みなさん！ ポリヴェーガル理論のことはご存じでしょうか。一言でいえば、それは自律神経の新しい理論です。「ストレスの時代」からさらには「トラウマの時代」と呼ばれる現代にあって、いわゆる「不定愁訴」をはじめとして、心身が複雑に絡み合った症状の病態が、私たちの周りでも珍しくなくなり、しかも今までの自律神経の捉え方では、その治療が壁にぶち当たっているのが現状です。これらに適確に対応していくためには、どんなことが必要でしょうか。そのヒントを沢山与えてくれる、いま世界的に話題のこの理論の骨格と、臨床応用への視座について、わかりやすく解説したいと思います。神経解剖学や神経生理学を前提とすることから、難解ともされる理論ですが、この講義でしっかりとご理解いただき、臨床への可能性について一緒に考えていきたいと思います。

(本文356字)

略歴

1990年 一橋大学大学院社会学研究科後期博士課程修了

1992年 東洋鍼灸専門学校卒業

1998年 心身社会研究所 自然堂治療室・相談室 代表

公認心理師。精神保健福祉士。鍼灸師。あんま・マッサージ・指圧師。ソマティック・エクスペリエンシング®認定プラクティショナー（SEP）。オステオパシック・セラピスト。東京サイコセラピーアカデミー認定セラピスト。