京都大学医学部保健学科紀要
健康科学　第1巻　2004

諸報告：教育・研究活動報告　—3—

看護治療技術開発研究会活動報告

—メディカルアロマ療法の看護への応用をめざして—

奥　津　文　子

1．看護治療技術開発研究会とメディカルアロマ療法

日常生活のストレスが視床下部機能の乱れを引き起こすことで身体症状が出現するケースや，不安や恐怖が心理社会的混乱をきたすケースなど，看護によって治療し確実な成果を上げることが期待されている領域がある。

近年，分娩期の安楽向上目的等で盛んに利用されるようになったメディカルアロマ療法は，精油の香りが電気パルスとして嗅細胞を刺激しそれが大脳辺縁系に伝わり，また皮膚からも血液に入り，その結果鎮静・感情コントロール作用・自律神経コントロール作用・リラクゼーション・睡眠導入作用など，様々な効果が期待できるものだといわれている。

看護治療技術開発研究会では，江川隆子教授を中心に，メディカルアロマ療法を看護に応用することによる看護治療技術開発を目指し，様々な活動を展開している。

2．活　動　内　容

・メディカルアロマ学習会

月1回，谷垣中国治療院より谷垣圭子先生を講師として招き，学習会を行っている。

精油の薬理効果についての講義，直接吸入法の体験，経皮的吸収法であるアロママッサージの技術訓練等が主な内容である。手部・上肢・背部・腰部・下肢・足部に対するマッサージ法の学習をする中で私たちは，疲労感や肩こり・頭痛が実際に緩和していく体験をした。今後は首・肩へのマッサージ法の学習と，各マッサージ方法の確実な修得を目指して学習会を続行する予定である。

・ざっくばらん会での活動

看護学専攻のFD研修会である「ざっくばらん会」が，9月4日5日の2日間，宇治川のほとり「亀石楼」で実施された。看護治療技術開発研究会は，メディカルアロマによる手・腕へマッサージ方法の紹介とリラクゼーション体験の機会を提供した。

その後，メディカルアロマ療法のエビデンス確立にむけての研究デザインについて討議が行われた。精油が生体に及ぼす影響についての基礎研究は既に行われているため，精油の使用方法の確立や効果に影響する因子の明確化に関する研究を経て，臨床応用にむけての研究へと発展させていくことの重要性が確認された。

・日本看護医療学会での活動

9月25日，京都大学医学部芝蘭会館において「第16回日本看護医療学会」が開催された。看護治療技術開発研究会はアロマ体験講座を開催した。精油の直接吸入の体験や試飲だけでなく，本格的アロママッサージを体験できるよう，谷垣中国治療院より5人のセラピストを招き，私たちはアシスタントとして加わった。予想以上に体験希望者が多く，また講座終了後にも質問が尽きず，メディカルアロマ療法に対する医療関係者の関心と期待の高さを感じた。

3．今　後　の　展　望

まず，学生や臨床看護師に対しメディカルアロマ療法を確実に指導できるレベルの技術習得をめざす。その一方で，精油の効果的な使用方法を自律神経解析プログラムを用いて検討する予定である。さらにその結果を基礎に，「睡眠パターンの混乱」「不安」「非効果的コーピング」等の看護診断が下された患者に，メディカルアロマ療法を実施し効果の検討を行い，メディカルアロマ療法の看護治療技術としての確立と，教育・臨床への導入を図りたいと考えている。

京都大学医学部保健学科看護学専攻
〒606-8502 京都市左京区聖護院川原町53
Department of Nursing, School of Health Sciences, Faculty of Medicine, Kyoto University
受稿日　2004年9月17日