



接骨院に心理学を入れてみた

寺田接骨院 寺田弘志

JR茨木駅近くの接骨院が、私の仕事場です。

「接骨院？ 最近よく見かけるけど、そんなにお客が来るの？」

こんな疑問を感じる人が増えているようです。

規制緩和というやつで、いっぱい同業者ができました。

正直、きびしいです。

でも、今のところ、なんとか食いつないでいけるくらいには、患者さんに来ていただいています。

午前中は、地元のお年寄りや主婦層が多いでしょうか。

夕方からは、仕事帰り、学校帰りの人が立ち寄ってくれます。

「接骨院では何をしてるの？」

これもよくきかれます。

たいていの人は、接骨院が何をするとところかご存知ありません。

まず、接骨っていう単語がわかりにくいです。

和語に直せば、ほねつぎ(骨接ぎ)。

ほねつぎを看板に出している院もあります。

折れた骨をつなぐのが、接骨＝ほねつぎです。

つまり、骨折をみるのが接骨院ということになります。

しかし、骨折で接骨院に行く人はまれです。

整形外科の少ない時代は、骨折の患者さんもけっこう接骨院に来ていたようです。

でも、医師の同意がないと骨折の患者さんをみれない決まりになりました。

そして、整形外科も増えました。

その結果、骨折の患者さんが接骨院に来ることはごくわずかになってしまいました。

「骨折をみないのに接骨院？」

名前からは接骨院が何をしているところかさっぱりわかりません。

骨に接するところと解したほうが実情に近いですが、これでも漠然としています。

「じゃあ、いったい何をみてるの？」ってなりますよね。

骨折以外に接骨院でみることができるのが、脱臼、打撲、捻挫、挫傷です。

関節がはずれた脱臼は、たまにみます。

体を何かにぶつけたときの打撲も、ときどきみます。

でも、私が毎日みているのは、関節をねじってくじいた捻挫か、筋肉などをくじいていためた挫傷がほとんどです。

「捻挫と挫傷をみるだけじゃあ、できることは限られてくるね」って思いました？

確かに、数ある傷病の中で、たった2つです。

しかも提供できるのは、柔道整復術のみなのです。

(ややこしいので、柔道整復術は次回に説明します)

切ったり縫ったりはできませんし、注射したり、飲み薬を出したりもできません。

ただ、考えてみてください。

体の半分前後が、筋肉や骨、関節などで占められています。

そして、筋肉や関節の問題の多くは、捻挫や挫傷によるものなのです。

すなわち、接骨院でみることができるものは、少なくはないのです。

捻挫・挫傷をきちんとみていくと、結構、いろんな副産物を得られることがあります。

注射しても、薬飲んでも治らなかった不調が治ったとか、頭痛・肩こりや冷え性、しびれ、便秘、不眠、めまいなどが治ったとかです。

たとえば、頭痛の7割は筋緊張性頭痛というデータがあります。

筋緊張性頭痛の場合、首やあご、肩、背中の捻挫・挫傷を治すと、たいてい筋緊張性頭痛も一緒に消えてしまいます。

そんなセレンディピティな話を書いていけたらなと考えています。

あと、私が接骨院でやってることは、心理学からたくさんヒントを得ています。

心理学的アプローチを、柔道整復術に取り入れたのです。

対人援助学会の皆さんには、接骨院よりも心理学のほうになじみがあるのではないのでしょうか。

心理学っぽいテイストを加えることで、接骨院でやっている体の対人援助の話が、とっつきやすいものになるように願っています。

姿勢が悪い

「うちの子、姿勢が悪いので、みてください」

母親に連れられて、中学生のA君はやってきた。

反抗する訳でもないが、自分から進んで来たわけでもなさそうだ。

口数が少ない。

もっぱら説明するのは母親だ。

「いくら言っても、背中が曲がるんです。ほら、ちゃんと背筋を伸ばして」

施術用のベッドに腰掛けたA君、ちょっと背筋を伸ばした。

「ゲームのやりすぎだと思うんですけどね」

私は母親の言葉にこたえた。

〈お母さんは、ゲームのやりすぎが原因だと思われているんですね〉

ものの1分もしない内に、A君はダランとした、元の姿勢にもどってしまった。

「ほらー、すぐまた曲がる」

母親の語気がちょっと強くなった。

〈おうちでも、ずっとそんな感じで注意してはるんですか？〉

「そうなんです。しょっちゅう注意しないといけないんで、ええ加減、疲れました」

〈ほー。それはお母さんもたいへんですね〉

「勉強するときとか、こんな感じで・・・」

母親は体を右に傾けて、机にもたれるように勉強しているA君のまねをして見せてくれた。

A君はこちらを見て、ちょっと恥ずかしそうに、照れ笑いをした。

〈お母さん、A君が姿勢が悪いのには、何か原因があるのかもしれませんが。一度、体をみさせてください〉

「お願いします」

〈はい。じゃあ、A君、まっすぐ前を向いて・・・、自分の感じで、体をまっすぐにしてみってくれる〉
ベッドに腰掛けたA君の姿勢を、後ろから観察する。

確かに背中が丸くなって、体が右に傾いている。

体が右に傾けば、右肩が左肩よりも下がりそうだが、左肩のほうが右肩よりも低くなっている。

左肩が下がっている場合、背骨のどこかが左に曲がっていることが多い。

〈A君、普段、どこか痛いとか、だるいとか、具合の悪いところない？〉

A君はめんどくさそうに答えた。

[別に・・・、特にないです]

〈ちょっと体をさわってもいいかな〉

[はい]

背中をなぞってみると、背骨はC字状に右にカーブしていた。

〈痛いところはないっていったけど、いたんでいるところは、かるーく押さえただけでも痛いことがあるからね。すこーし押さえてみてもいい？〉

[はい]

何カ所か触ってみて、私の手が腰椎の左側の部分にきたときだった。

そこを軽く押さえると、A君は「イタッ！」と大きな声を上げて、体をビクつとのけぞらせた。

〈ここ、痛いよねー〉

[あー、痛かった]

〈ビックリさせちゃったね。ごめんごめん〉

「うちの子、腰をいためているんですか？」

そばで様子を見ていた母親が、心配そうな顔をしてA君の顔をのぞきこんだ。

〈どうやらそのようですね〉

A君は左腰を左手でさすった。

〈右腰はどう？ 押さえたら痛い？〉

[んー、ぜんぜん痛くありません]

〈ねっ、正常なところは、ちょっとやさっと押したくらいでは痛くないでしょ？〉

[はい]

〈悪いけど、体を右に倒してもらえる〉

私はA君に、ベッドに右手をついて、体を右に傾ける姿勢をとってもらった。

A君はまだ左腰を左手でおおっていた。

私は、抵抗するA君の手をめぐって、先ほど押さえて痛かったところを押さえた。

A君は「ヒ——ィ」と息をのんで、顔を引きつらせた。

「イタ・・・く・な・い。アレッ、痛くない」

A君は安堵して、体の力を抜いた。

〈ほら、こういう姿勢をすると痛くないやろ〉

[はい]

「えっ、痛くないの？」

母親がキツネにつままれたような表情をうかべた。

〈じゃあ、前後ろでやってみようか。はい前に体を倒してー〉

そう言ってA君に前傾姿勢をとらせ、私は同じ場所を押さえた。

「イテテテ・・・」

〈こんどは後ろー〉

A君に体を反らせてもらって、同じ場所を押さえた。

「痛くない」

〈じゃあ、右に体をねじると痛いんじゃない？〉

[イテっ、はい、痛いです]

〈こんどは、左にねじると？〉

[痛くありません]

〈ほかにもいろいろありそうですけど、A君が左腰をいためているのは間違いありません〉

私はA君と母親に、とりあえずここまででわかったことを説明した。

〈A君は腰を左前にねじっていためています。専門用語では捻挫といいます。捻挫したところ

は、ねじれたほうにもっとねじると痛みが強くなり、ねじれを戻すと痛みが軽くなります。A君、さつき調べさせてもらったけど、わかる？〉

[はい。なんとなく・・・]

〈もしかして、左腰が痛いとき、なかった？〉

[う——ん。そういえば、サッカーやってて、痛くなったことがあった]

「えっ、どうして言わなかったの？」

母親がA君に質問した。

[う——ん。なんか言いにくかったし、そのうちに忘れてた]

〈やっぱりね。レギュラーあらそいとかあると、痛いのを我慢してしまう子供さん、多いですよ〉

「いや、ぜんぜん気がつきませんでした」

〈A君の体がゆがんでいるのは、腰椎が左前にねじれているのを元に戻そうとしているからなんです。ゆがんでいるというよりも、ゆがめているんです。無意識にね。腰椎が左にねじれているから、体を右に倒す。前にねじれているから、腰を後ろに反らす。でもどこかで前に戻さないといけないから、背中が丸くなる〉

「じゃあ、姿勢を良くするにはどうすればいいのですか？」

〈いまのままでは、良くしようとすればするほど、かえってこじらせるかもしれませんね。まず、本人がゆがめたい方向にもっとゆがめて、腰のねじれを矯正します。一度で、矯正できてしまうこともあれば、クセがついていて、また元にもどってしまい、何回も矯正を繰り返さないといけないこともあります。腰がねじれていると、首や肩、脚などは腰と筋肉でつながっているのです、そちらもねじれてきます。それをそのままにしておくと、こんどはそちらがねじれているせいで、腰がねじれてくるので、腰と一緒に矯正していきます。よろしいですか？〉

「はい。お任せします」

〈腰のねじれがとれてくると、かばって体をゆがめていたところに痛みが出てくる場合があります。ゆがめていたのが、ゆがみになってくるわけです。体が右に曲がってみえますが、今はそのままのほうが楽なので、そっとしておきましょう。左腰の痛みがとれてくると、右半身に痛みが出てくるので、そのときに右に曲がっているのを矯正します。そうすれば、体は今よりずっとまっすぐになると思いますよ〉

「わかりました。じゃあ、いまは姿勢を良くしなさいって注意しなくてもいいのですね」

〈おっしゃるとおりです。しばらくはここに通って、お家での様子を見ていてください〉

その後A君にベッドに横になってもらい、関連してねじれているところがないかみさせてもらった。首や左肩がねじれていて、触って痛い所が左半身に何カ所もあった。A君も母親も、こんなに痛い所があるのかと驚いていた様子だった。ねじれを矯正すると、触って痛いところはなくなった。

「こんなにすぐに痛みがとれるんですか？」

〈いまは、ねじれたところを元に戻したから触っても痛くないだけです。治ったわけではありません。一度ねじれたところは、そちらにねじれるクセがついています。クセがとれて、どこも痛くないようになったら、治ったと言っていいでしょう。クセがとれるまで、きちんと通院させてください〉

「そうさせます。私もなんだかホッとしました」

2回目も、A君は母親と来院し、施術の様子を母親は見守っていたが、3回目からは、A君は一人で来院するようになった。

A君が一人で行けると言ったのか、母親が一人で行きなさいと言ったのかは聞いていない。A君は週に2回くらい、通院していたが、左半身の痛みが減ってくると、だんだん右半身に痛みが出てきた。体をゆがめていたのが、こんどはゆがみとなって現れたのだ。

これには、ゆがみをまっすぐにするアプローチが有効だ。腰から上の痛みが減ってくると、続いて、股関節から下の痛みが増えてきた。このころからA君は、ここが痛いと自分から教えてくれるようになった。子供は、自分の体のどこがいたんでいるのかわからないことが多い。A君が自分の体のいたんでいるところに気づけるのはいいことだ。気がつかずにいるうちに、状態が悪化したり、骨が変形してしまったりすることがあるからだ。骨が大きく変形してからでは、まっすぐにするのはむずかしい。

大人は、子供の体を観察したり、触ってみたり、会話に耳を傾けたりして、異変に気がつけたいものだ。その点、A君の母親はちゃんと観察していたし、うまくいかないときは専門家に相談することもできた。母親として、適切な対応だと思う。

心理的な問題でもそうだが、問題を解決しようとする努力が、悪循環を生み出していることがある。体の問題でも、見た目だけで判断すると、解決できないことがよくある。治らないばかりか、本人、家族、専門化が一緒になってこじらせてしまうことだってある。よその接骨院から移ってきた患者さんたちの話をきいていると、うまくいかなかった治療の中に、そういうケースがふくまれている。

たとえば、「体をまっすぐにしましたと言われたけど、ちっとも楽にならなかった」とか、「こういうストレッチをしたらいいと言われてやってみたけれど、悪化した」とか、「矯正されてかえって痛くなって、治療が続けられなくなった」といったケースだ。

私がA君の腰におこなったアプローチは、心理療法の「症状の処方」にヒントを得ている。

A君は、いたんだところに負担をかけないように体をゆがめていた。

一方、母親はA君が体をゆがめているのを問題ととらえ、症状を出させまいとしていた。

IPとなったA君が見せていた症状は、問題ではなく、解決方法だったのだ。

私は、A君の症状を強調し、A君の体をよりゆがませることで腰椎を矯正した。

その結果、A君は体をゆがめる必要がなくなった。

しかし、A君の体には、体をゆがませ続けたひずみが残っている。

私が予告したとおり、ゆがませていたところに痛みがでてきたので、そのゆがみも矯正した。

そうしてA君の背骨は、別人のようにまっすぐになった。

私も見立て違いをして失敗することがあるので、偉そうなことは言えないが、体の対人援助は、「ゆがみをまっすぐにする」というアプローチばかり目にする。

「よりゆがませる」といったアプローチがもっと認知される必要があるだろう。

A君は、治療が終盤に近づいたころ、感想を教えてくれた。

「今は、背筋を伸ばして、姿勢を良くしている方が楽」

A君のケースように、私は心理学の理論や援助技術を加味して、柔道整復術を提供している。

もし「症状の処方」といった知識がなければ、「よりゆがませる」というアプローチができただろうか。

おそらく無理だったか、たどり着くのにたくさんの歳月を要したに違いない。