

第 19 回 日本抗加齢医学会総会

P10-6

神奈川,2019.06.14-16

生殖医療現場における抗ストレス療法としての心理療法の可能性

田中久美子 1) 姫野隆雄 1) 森本義晴 1)

所属：1) HORAC グランフロント大阪クリニック

【緒言】当院では、患者に対して、最先端の生殖医療を提供していくなかで、さらにその効果を高めていくために、不妊治療をしている最中に患者が感じるストレスに対して、抗ストレス療法の重要性を説いている。当院では心理カウンセリングや集団での自律訓練法（生殖心理カウンセラーが担当）を治療中の患者に提供しており、その活用は様々であり、利用回数も 1 回～180 回と個人差があるのが特徴である。心理的アプローチを受け、自然妊娠に至ったケース 3 例の症例報告をする。

【方法】オンデマンド方式（患者の希望に Web やクリニックで予約出来るシステム）で 1 回 50 分～90 分、対面法の心理療法を実施。患者の状態をアセスメントし、イメージ療法や描画療法も導入した。

【結果】（症例 1）30 代後半・女性。不妊治療歴 2 年。双極性障害の既往があり気分が落ち込みやすい。心理療法を 22 回実施し（心理療法の他に、統合医療も実践）、イメージ療法や描画療法、夫婦面接を並行して実施した結果、自然妊娠に至った。（症例 2）30 代後半・女性。不妊治療歴 2 年 6 か月。治療に対する不安感、恐怖感が強く、思うように治療が進まず、妊娠するためにはどうしたらよいかと自責的傾向が強かったケースだったが、心理療法を実施した後、自然妊娠に至った。

（症例 3）30 代後半・女性。2 回の流産後、情緒不安定となった。自己肯定感の低下、悲観的思考が顕著であり、女性としての自信が低下、外出も億劫になっていた。心理療法を 161 回実施した結果（経過の中で夫婦面接あり）、自然妊娠に至った。

【結論】生殖医療における心理療法の提供は、リプロダクティブヘルスを回復し、ストレスにさらされている患者に対して抗ストレス作用を及ぼし、本来個人が持つ自然治癒力が発揮され、患者の自然妊娠に貢献した可能性が示唆される。

今後の課題として、症例数を増やしていく中で、どういった方法がどのような患者にあっているのか、どのような要素が治療効果をもたらしているのかを検討していく必要がある。

