

EMDR を用いセックス恐怖症が早期に改善された 1 例

◎松澤 三奈 1)、松本 寛史 1)、井田 守 1)、福田 愛作 1)、森本 義晴 2)

1)IVF 大阪クリニック 2)HORAC グランフロント大阪クリニック

[問題]不妊治療中にトラウマを抱え PTSD に陥る事がある。生殖補助医療では採卵・胚移植等、間隔を開けずに行われる事があり、短時間で心の回復や意思決定が望まれる。だが、トラウマは過去の否定的感情や記憶であり、ふとした瞬間に蘇えるため PTSD 症状の自己対処は難しい。薬剤で記憶を消す事は不可能であり、また適切な支援を行わない治療は、精神疾患の原因にもなる。そこで、現在は短期心理療法が広く選択されている。

EMDR (眼球運動による脱感作と再処理法) は WHO により PTSD に対する最も有効な心理療法と認定されている。**EMDR** とはレム睡眠中に起こる記憶の定着を応用し、その時に観察される急速眼球運動を行いながら、否定的な記憶の変容と肯定的な記憶の定着を目指す事で、短期間の行動変容が期待できる。本研究では不妊治療のトラウマ支援として **EMDR** が有効であった 1 例を紹介する。

[症例]30 代女性。結婚後 6 年 (交際 5 年)。20 歳時の子宮がん検診時の出来事がトラウマとなり一度も性交渉なし。恐怖で内診さえ出来ないが挙児希望で来院。面談で他に 5 つのトラウマを確認でき、早期に **EMDR** に移行した。

[方法]3 か月間に 8 回の **EMDR** を行い、治療前後に毎回、PTSD 評価尺度 (IES-R) と苦痛度を評価した。

[結果]全てにおいて得点の低下が認められた。その結果、性交渉が可能となり、早期に問題解決に至り、一旦不妊治療の中止を選択した。

[考察]不妊治療中にトラウマを抱えた症例に対し、**EMDR** は早期改善への有効な治療法と成る可能性が示された。今回は早期から自己申告によるトラウマの有無を査定したが、通常初回からトラウマを査定する事は別のリスクを生む可能性があり必ずしも奨められない。しかし不妊治療には時間的制約があり、治療中の PTSD と重なり重症化の可能性も否定できないため、初回面談時のトラウマの査定も必要であると考えている。