

テーラーメイド自律訓練法への挑戦

～プロサッカー選手へのATと高度生殖医療のATの交差～

田中 久美子

HORAC グランフロント大阪クリニック

1. 緒言

昨今のCOVID-19による影響は世界中で甚大なものであることは論を待たないと思われる。

生殖医療現場でも患者は受診行動、治療を継続するかしないか、一旦中断するといったことへの影響、またスポーツの世界への影響も同様である。

当院はART (Assited Reproductive Techonology) 施設であり、患者に生殖補助医療を提供する医療施設である。最先端の医療を提供しながら、患者が本来持っている自然治癒力を引き出すためのアプローチを統合医療 (ホリスティック) ゾーンで提供している。統合医療について、厚生労働省は「近代西洋医学を前提として、これに相補(補完)・代替療法や伝統医学等を組み合わせて更にQOL (Quality of Life : 生活の質) を向上させる医療であり、医師主導で行うものであつて、場合により多職種が協働して行うもの」としており、当院では人間をホリスティックに捉え治療メニューを実践している。今回は生殖医療の現場での自律訓練法と、一見全く関係がないように思われるが交差するところがあつたプロサッカー選手への自律訓練法の経験を報告し考察する(倫理的配慮をしており、Case1は紙面と口頭で、Case2は口頭で同意を得ている)。

2. 【症例】

①AT レッスンがどのように臨床場面で実施されているかを集団場面と個別場面にわけて報告する。

②テーラーメイド自律訓練法 :

Case① : Aさん 30代後半女性。妊娠前の不安を抱えている時期、妊娠中に対面でATを実施、出産直前にはオンラインで、治療周期や状況に応じてテーラーメイドATを実施。

Case② : Bさん 海外でプロサッカー選手をしている20代半ば男性

もともとストレスマネジメントやメンタルトレーニングはしていた。ATを3回実施後に2ゴールを決めた。ATを実施したことがゴールに関与したかどうかはわからないが、AT実施後に2ゴールしたという現象が起こった。

【考察】

集団場面で実施する自律訓練法と個別での実施はそれぞれ短所や長所がある。

生殖医療現場やスポーツ選手は、時間のマネジメントも重要となってくるが、テーラーメイドの自律訓練法は、より豊かで充実した時間を過ごせることにつながる可能性を秘め、QOLを向上させうるものとして位置づけられると思われる。