



自然災害や事件・事故で強いショックを受けた人が、その後も恐怖にさいなまれたり不眠に苦しんだりする心的外傷後ストレス障害(PTSD)。脳の記憶の仕組みを手がかりに症状を和らげる新しい治療法が米国で注目され、日本でも導入の動きがでてきた。発想方法を変える効果もあり、当初は予期しなかった起業家教育の手法としても脚光を浴び始めた。

# 記憶の仕組み 糸口に治療

## PTSD



POMRの治療風景(向かって右が田中万里子・米サンフランシスコ大学名誉教授)

## 米の新療法を導入 起業家教育にも応用

### 起業者教育にも応用

で表したカードなどを使  
た。この手法の専門家であ  
る田中万里子・米サンフラ  
ンシスコ大学名誉教授を招  
き、今後二年間かけて効果  
を確かめる計画だ。

過去のつらい体験から心  
を解き放つPOMRは、心  
が健康な人でも「固定観念  
を打ち破るのに使える」「世  
話人の森勇介・阪大助教  
授」。ベンチャービジネス  
では従来の発想に縛られな  
い独創的なアイデアを着想  
し、実行する力が求められる。  
そうした人材の育成に  
は格好の方法という。

最近、注目を集めている  
のが、起業家教育への応用  
だ。大阪大学の産学連携の  
窓口であるフロンティア研  
究機構は学生や教官ら三十  
人を対象にPOMRを活用  
した教育プログラムを始め

から新しい一歩を踏み出せ  
るかどうかはその人の意欲  
次第という。「頼りすぎる  
のは禁物」と専門家は口を  
そろえる。

「つらい体験をしたとき  
の印象を色に例えると、何  
色?」。カウンセラーが患  
者に優しく問いかける。  
患者が何か答えると、カ  
ウンセラーは「その色を目  
分の一番好きな色に置き換  
えてみたら、どんな気持ち  
ですか」と次の質問を投げ  
かける。

最初の質問で患者に恐怖  
体験などを思い出してもら  
い、色と関連づける。好き  
な色でそれを置き換える  
と、絵の具の色が混ざるよ  
うに体験が「中和」され、  
恐怖心が和らいでいく。こ  
んな効果を狙った療法だ。

PTSDの治療法として  
注目される「プロセス・オ  
リエンテッド・メモリー・  
リソリユーション(POM  
R)」は、こんなやりとり

PTSDは衝撃的な出来  
事に遭遇した後に生じる精  
神疾患の一つ。患者は災害  
や事故、虐待など耐え難い  
ショックを受けた後、心的  
外傷(トラウマ)が消えず、  
心の後遺症に悩む。米国で  
ベトナム戦争の帰還兵に多  
発したことから関心を集  
め、日本でも阪神大震災や  
地下鉄サリン事件などで注  
目された。



PTSDになると恐怖が  
不意によみがえる「フラッ  
シュバック」に悩まされた  
り、ショックの原因になっ  
た出来事に関連する物事を  
避ける、不眠やイライラと

この療法のカギを握るの  
が、人の脳の動きの一部で  
ある「情動記憶」と呼ぶ仕  
組みだ。情動とは外部から  
強い刺激を受けたときに感  
じる恐怖や怒り、悲しみな  
ど。これらは一時的な気分  
とは違って記憶として残  
る。その仕組みにメスを入  
れ、恐怖心などを取り除い  
ていくのがPOMRだ。

子供の患者にはカードで  
感情を表現してもらう

子供は「怖い」という  
感情を表現してもらう

子供の患者では状況を絵

## 体のシグナル

### 早期の肺がん

キャリアウーマンのBさん  
(47)は健康管理に自信があ  
り、たばこも吸わない。会社  
で通常の健診に加え、コンピ  
ューター断層撮影装置(CT)  
による肺がん検診を有料で受  
けられるようになり、同僚と  
一緒に受診した。

二週間後に医師から呼び出  
され、右肺のすみに一センチ大  
の薄い影があるといわれた。  
大病院院を紹介され、影の部  
分を局所麻酔下で生検したと  
ころ肺がんが診断された。

肺がんにはたばこに関連の  
深い扁平(へんぺい)上皮が  
んと、それほど関係のない腺  
がんなどがある。せき・血痰  
(けったん)・胸痛などの症

## CTで発見、手術で完治多い

状態を伴うことが  
ではCT検診に  
見つかることも  
従来の肺がん  
ントゲン写真を  
たが、CTによ  
り、非常に小  
つかるようにな  
も、すりガラス  
像を示す早期の  
かることがある  
この種の肺が

