

「癒しのアロマセラピー - 」

現在、日本で医療として認識され実施されているのは、明治時代にドイツから伝わった西洋医学が主流です。それまでの日本人の心身の健康を支えていた日本漢方は、一旦表舞台から退くことになりました。その後の西洋医学の発展のおかげで、日本は長寿社会になりました。

しかし反面、昔ながらの手当てをするだけでは、健康が回復しないケースも増えてきました。ストレス社会において心身症という心理的、社会的な原因が関与する病気が増えてきています。癒しという言葉がブームになる背景もそこにあり代替医療（近代西洋医学以外の医療）が注目され始めています。代替医療の中には東洋医学などの伝統医学やサプリメント、民間療法などが含まれます。それらの利用は、日本では65%に達するというデータも出ています。病気になる前の予防としてだけでなく、現代医療では対処できない部分、心の癒しに利用されることも多いようです。

最近では、医療機関でもアロマセラピーが取り入れられています。医療従事者が行うメディカルアロマセラピーは単に香りを楽しむだけではありません。その精油（香り成分を濃縮させた液体）の薬理作用を利用して、マッサージだけでなく、外用などに利用され、心療内科では有効な治療方法のひとつとして期待されています。

つらい症状があっても検査では異常がなく、病名がつかない方が多くなっている現在、西洋医学と組み合わせながら心身の健康を保つことができるよう、今後期待される分野です。

平成 19 年 10 月

高津 尚子