

補完・代替療法

complementary and alternative therapy

complementary and alternative therapy

*Hiroshi Yamane ; OTR, PhD
Human Health Science
Graduate School of Medicine, Kyoto University*

医療の動向と補完代替療法

音楽、園芸などの活動をもちいる関わりは、古来より経験的に健康の維持や養生にもちいられているが、どのような効果が認められるからなのだろうか。それらが医学的視点から療法として行われる場合は、近代西洋医学に対して補完・代替医療 (complementary and alternative medicine)、もしくは補完・代替療法と呼ばれるものに含まれ、科学的な検証も試みられている。

通常医療とは、近代西洋医学 western medicine を用いた医療

補完代替医療には、~~通常医療~~ 伝統医学や民間療法、保険がまだ適用されていない治療法も含まれ、~~近代西洋医学を主とした医療(対症療法)~~ 国連世界保健機関 (WHO) によれば、世界の健康管理業務の65から80% は、いわゆる伝統的な医療でなされている。完医療と代替医療の総称(原因療法)

補完医療 complementary medicine は
通常医療や代替医療を補完する医療

代替医療 alternative medicine は
通常医療の代わりに用いられる医療

医療の動向と補完代替療法

近代西洋医学は、救命・延命を目標にめざましい発展を遂げ、多くの成果をあげた。しかし、この医学の進歩にも治癒力には限界があり、費用対効果という医療経済上の問題もあり、救命・延命に加え、疾患と障害を管理しながらいかに望ましい状態で人生を過ごすか「生活の質と量(QQOL; quantity and quality of life)」ということが大きな課題となった。



治療医学の限界、医療経済上の問題、生活の質と量という課題もあり、1970年代には米国で補完・代替医療の模索が始まった。その試みは、1980年代には欧州各国にも広がりを見せ、研究だけでなく医学教育にも取り入れられるようになった。わが国でも、1997年に実践者や研究者により日本代替医療学会(2000年に日本補完・代替医療学会に名称を変更)が設立された。

各国の状況

アメリカ

- 1992：アメリカ国立衛生研究所(NIH)にアメリカ国立補完代替医療センター(NCCAM)設置
- 2000：ホワイトハウスに補完代替医療政策委員会設置
代替医療教育体制は全米の **医科大学の50%以上**で既に実施

イギリス

- 1983：王室基金で代替医療などの研究を行うThe Research Council for Complementary Medicine：RCCM 設置
- 1991：効用が科学的に証明されたものには専門家雇用に保険適用
- 2004：西洋医学や中医学による鍼灸とハーブ療法治療に資格制度

アジア全般

日本、韓国、中国などでは正規の病院において **東洋医学による治療**が行われており、漢方薬が処方

日本

- 1997：日本代替医療学会(現日本補完代替医療学界)創設
- 2000：日本統合医療学会設立

アメリカ国立衛生研究所(National Institutes of Health;NIH)の国立補完代替医療センター(National Center for Complementary and Alternative Medicine , NCCAM)の分類

- ① インドのアーユルヴェーダや中国などにみられる伝統医学に類するもの

代替医学システム

Alternative medical systems or Whole Medical Systems

- ② 精神と身体の相互作用に働きかけるもの(心身医療)

心身介入法

Mind-Body interventions

- ③ 食べ物や薬草などの生物学的作用を利用するもの

生物学的療法

Biologically based therapies

- ④ 手技・身体を介するもの

手技的療法

Manipulative and body-based methods

- ⑤ 気功など自己内外に存在するエネルギーを利用するもの

エネルギー療法

Energy therapies

代替療法の具体例：たとえば

ホメオパシー

極度に希釈した成分を投与することで自然治癒力を引き出し、病気の治癒をめざすもの。同種療法、同毒療法、同病療法とも呼ばれる。

ナチュロパシー (naturopathy)

アメリカの代替医療の代表で、ビタミン、ハーブ、栄養管理、カウンセリングから手技療法まで用いた人間の自然治癒力を高める自然医療

中国伝統医学

全身を見て、生薬などを持ちいて人間の心身の自然治癒力を高める

アーユルヴェーダ

病気の治療だけでなく生活全体にアプローチし、健康を最高の状態に保ち、長寿、何よりも「より良く生きる」ということを目的としたインドの伝統医学

etc.

代替療法の具体例：たとえば

心身介入法には

瞑想療法、祈り、メンタル・ヒーリング、イメージ療法、ヨガ、芸術療法 (art therapy)、音楽療法、ダンス・セラピー
etc.

生物学的療法には

食事療法、薬草療法、サプリメント、アロマ
etc.

手技的療法には

カイロプラティック、マッサージ、指圧、あんま、整体
etc

エネルギー療法には

気功、セラピューティック・タッチ
etc.

治療の発達と各種療法

近代西洋医学の
主流

身体医学的治療 { 薬物療法 (物質的介入)
身体療法 (外科的介入)
運動療法 (動作的介入)

補完代替療法
が相当する

心理社会的治療

認知行動療法
生活技能訓練, ADL訓練, 心理教育
家族療法, 家族指導
精神療法, カウンセリング
モラルトリートメント(リハの源流)

自然的治療

ホメオパシー(類似療法)
養生訓
健康訓

作業療法、音楽療法、
園芸療法などはこの
範疇

超自然的治療

加持祈祷
霊媒 (シャーマン)
悪魔払い