参考資料

2003 7月号

がん治療最前線

患者と家族のためのよりよい治療とケアの情報誌

特集 小児がんと親子の心

●基礎講座・小児がん『治る』からこその強い治療　●家族の抱える悩みを解消するために
●言葉にならない子の心を掬いあげる　ほか

第2特集 血液のがん、治療の歴史と現在

●メカニズム●化学療法●造血幹細胞移植●悪性リンパ腫への自己活性化リンパ球療法

進行舌がんに手術に匹敵する効果を上げる動注療法
心理面の改善で免疫を高めるSATイメージ療法

イメージを介して、患者の心理面を改善し、免疫を高める

SAT（サット）イメージ療法

生きていく上で、誰もが感じるストレス。人間関係、物事の善悪、通念上のルール、多くの規範に縛られながらも人間が「社会」という枠組みのその中で生きて行かざるを得ない以上、それは避けられないことである。しかし過去のトラウマに縛られ、ストレスに囚われるとき、それはその人のその後の人生の大きな禍根ともなりうる。そのトラウマを乗り越え、新たな生き方を確立する療法を紹介する。

取材・文●常藤純一　フリーライター

自分の感情を認知できない

心と体の間には不思議な相関関係が存在する。あるいは、がんという病気は何よりも端的にそのことを物語っているのかもしれない。がん治療の最前線で今、そう考えざるを得ない研究が行われている。

SAT療法（構造化連想イメージ療法）

筑波大学大学院、人間総合科学研究科の宗像恒次教授が考案したイメージ効果を取り入れた心理療法である。昨年8月からこの心理療法を取り入れたがん治療についての研究が、ホリスティック医療への取り組みで知られる帯津三敬病院の協力によって行われているのだ。

「がん患者さんのほとんどは行動医学でいうところのタイプCパーソナリティの持ち主です。自己を過剰に抑制し、怒りや喜びを表出できず、なかには自分で自分の感情をほとんど認知できない人も少なくない。そうしたパーソナリティがストレスをもたらし、体の内部の働きに悪影響を及ぼし、発がんを促しているのです。SAT療法はイメージを介して、そうしたネガティブなパーソナリティをもたらしている原因を探り、新たな生き方を確立する方法です」と、宗像教授は語る。

ちなみにタイプCとはアメリカの心理学者リディア・テモショックが『がん性格―タイプC症候群』（創元社刊＝ヘンリー・ドレイア共著）という著書のなかで提起したがん患者特有のパーソナリティだ。

宗像教授の研究の中心にあるのは、当然ながら実際の治療とその効果の判定だ。今年3月までにこの治療を受けたがん患者は20数名。その多くは他の治療が適用されない末期のがん患者で占められているという。にもかかわらず疼痛緩和のため治療にモルヒネを用いていた2名を除くと、

がん患者さんに治療の一貫で面接を行う宗像教授

全員に心身両面での顕著な効果が現れている。後でくわしく紹介するが、感情認知をはじめとする心理面での状況が改善されるとともに、免疫力が高まり、さらにがん抑制遺伝子の働きをも活性化することが判明しているのだ。

心の働きを介してがんというフィジカルな病気を抑えるSATイメージ療法とは具体的にどんな治療法なのか。その前にまずがんと心の関係について見ておくことにしよう。

ストレスが遺伝子の働きに影響する

ストレスが発がんを促す原因になることはずっと以前から指摘されていることだ。最近ではその因果関係も明らかにされ始めている。その最大のポイントになっているのが自律神経の働きといわれる。たとえば新潟大学医学部の安保徹教授は免疫学の立場からこう指摘している。

「がんの末期ではさらにリンパ球減少が進み、血液中の白血球は95パーセント以上が顆粒球とマクロファージ（単球）になる。つまり免疫機構を担うリンパ球はもはや、存在せずその力を発揮できない状態になっているのである。このとき患者は交感神経緊張状態になり、脈は速く、活性酸素焼けして皮膚は褐色になる」（『未来免疫学』＝インターメディカル刊）

ストレスはこうした一連の身体機能の低下に深い影響を与えている。ストレスを受け続けることによって、自律神経の働きは交感神経優位に切り替わり、白血球は顆粒球をはじめとする好中球が多くを占める。そうして増加した好中球は大量の活性酸素を排出して組織や粘膜を破壊する。と、同時にがんに関係する遺伝子の働きにも悪影響をおよぼすと宗像教授はいう。

「活性酸素は上皮細胞の再生遺伝子を損傷し無秩序な増殖を促します。またそうした細胞の増殖を調節する働きを持つ、がん抑制遺伝子と呼ばれる遺伝子は強いストレスを受けている時には働きにくいこともわかっています。つまりストレスを受けると二重の意味で発がんが促されるのです」

さらにもうひとつ免疫機能の低下も見逃せない。初期段階のがんはリンパ球の一種であるNK細胞によって破壊されることはよく知られている。実はストレスを受けて交感神経が緊張すると、リンパ球のなかでもNK細胞だけは増加することがわかっている。しかしその状態での活性度はきわめて低いレベルに過ぎない。

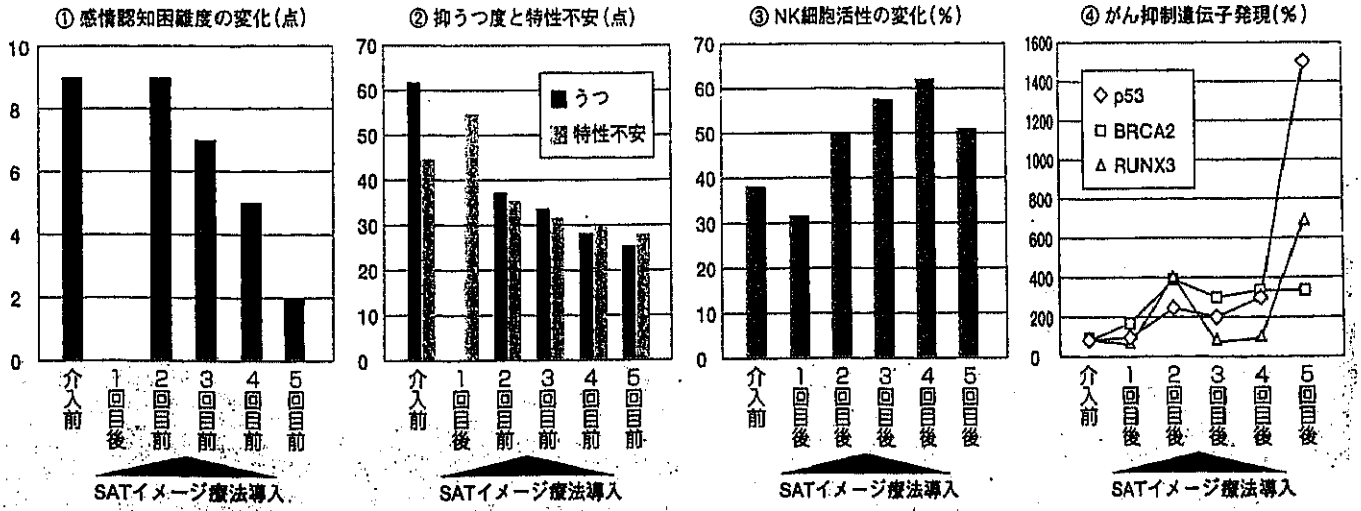
「副交感神経優位の状態のほうがNK細胞の活性度はずっと高い。つまりがんに対する免疫もずっと強力に働いているのです」（宗像教授）

宗像教授自身が主婦を対象に行った精神免疫学の研究でも「家族から愛されている」「家族を愛している」「自分が好きだ」といった自分自身や自分を取り巻く人間関係に肯定的なイメージを持つことが、ストレス時のNK細胞の働きを高めることがわかっているが、それもこうしたメカニズムによるものだ。宗像教授が考案したSATイメージ療法も基本的には同じ原理に基づいて構築されているという。

無意識のうちに他者の感情が入り込む

宗像教授はこれまで一貫してPTSDや摂食障害、うつ病など心の問題に取り組んで

■口腔底がん患者青木さんへのSATイメージ療法の効果　実施日 1回目:2002.6/18　2回目:6/26　3回目:7/2　4回目:7/15　5回目:9/4



PTSD＝心的外傷後ストレス障害

きた心理分野の専門家だ。具体的な治療法として宗像教授は3歳以降の記憶に症状の原因を求めるカウンセリングを採用してきたが、それでは対処しきれないケースが少なくなかった。そこで3歳以前のより深い部分の記憶を探るために考案したのがSAT療法だ。

具体的な治療法をみてみよう。

前にもいったように、がん患者の多くは自分の心の問題に気づいていないことが少なくない。そこで感情認知困難度、自己憐憫度、抑うつ度などの心理尺度を調べ、さらに感情シートを活用して問題のありかを特定する。この感情シートは「基本感情」「心の声」などの感情分類と「喜び」「怒り」などの感情の性質によるマトリクス構造になっており、それぞれの項目ごとに具体的な感情を示すさまざまな言葉が記されている。患者はそこから自分にふさわしい言葉を選んで、自らの感情を明確化していくわけだ。

そうして感情の問題点が明らかになると、その感情を喚起した原体験を探るために、時代をさかのぼってイメージの喚起が行われる。宗像教授によるとがん患者の場合には、ほとんど例外なく胎児期および周産期に生命にかかわる深刻なトラウマが生じているという。

「難産で胎児期に生命の危機に見舞われているケースもあれば、母親をめぐる人間関係が険悪で、そのために母親に強い不安があり、それが胎内のこどもに伝播しているケースもある。この場合にもこどもには存在の危機が訪れています」

時にはトラウマによって他者の感情が無意識のうちに、自らの感情の中に定着していると考えられるケースも見られるという。

「母親に極度の不安があれば、それがノルアドレナリンなどの化学物質を介して胎児に伝えられ、こどもの感情のなかに母親の感情が定着することも少なくありません。また、生まれるはずのこどもが流産した場合にも母親の不憫に思う感情が伝えられ、現実には存在しないこどもの感情が患者の感情に入り混じっている場合もあるのです」

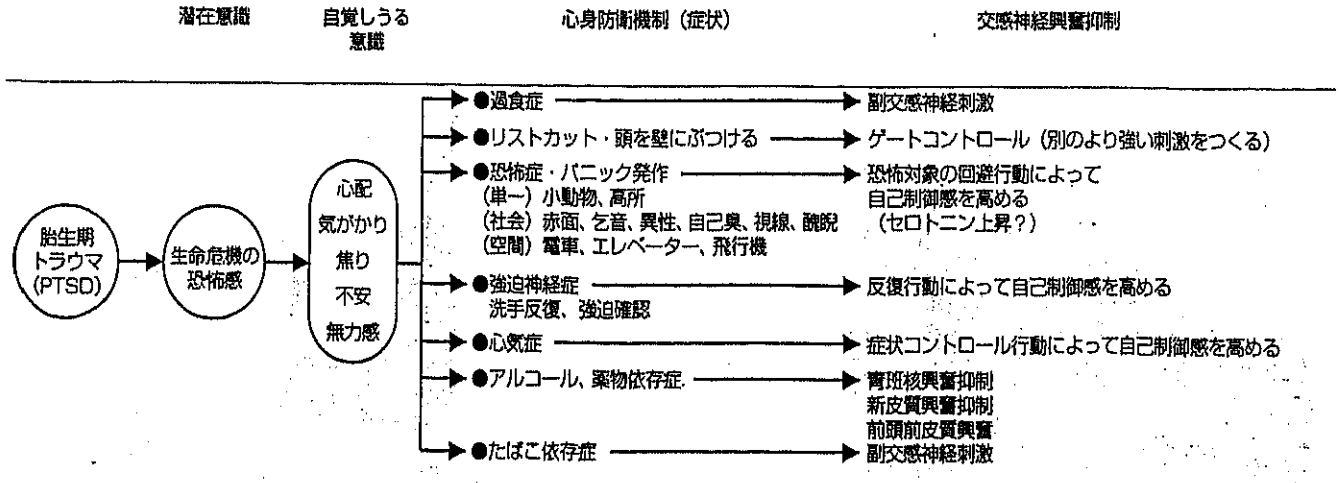
もちろん多くの場合は誕生後、両親からの愛情などによって胎児期のトラウマは癒される。しかし、その後もずっと不安な状態が続くと、行動パターンが固定化して体の働きにもいろんな問題が現れる。時にはそれががんにつながっていくわけだ。

宗像教授の治療では、そうしてトラウマのありかが特定されれば患者との話し合いにより、問題を解決するための方向性が決められ、さらに治療の目標である新たな患者の生き方、行動パターンが打ち出されていく。そしてその目標を実現するために、患者が願うイメージを具現化した対話型のカウンセリングが行われるのだ。

このカウンセリングによって患者はトラウマと訣別し、よりよい生を実現するための行動パターンを学習する。そして日々の暮らしで新たな行動パターンが定着するにつれて、ストレスは緩和され、がんは改善に向かっていくという。

ちなみに遺伝子をはじめとする体の働きの測定は、治療終了後すぐに採取した末端血液の検査によって行われる。遺伝子については、その遺伝

■胎生期トラウマと症状が果たす機能



マトリクス構造＝ものごとの基礎的な組織、母体・基盤
周産期＝お産をするときのこと。生まれてくるときのこと

子が働くときに産生されるRNAの量によって測定されている。

がん抑制遺伝子が14倍にも増量した

じっさいにこの治療法にどんな効果があるのか。現実の治療例をみてみよう。

高田めぐみさん（仮名、32歳）は両親をともにがんで失くしている。高田さん自身の左乳房にがんが発見されたのは一昨年の12月のことだ。帯津三敬病院で受診すると腫瘍は直径5センチにおよんでおり、すぐに全摘手術を受ける。術後には医師から抗がん剤による治療を勧められるが、高田さんは同意しなかった。現在は同じ病院で、ホメオパシーというドイツの民間治療と気功による再発予防に取り組んでいる。高田さんがSAT療法による治療を受けたのは昨年12月から。以来、今年3月に至るまで4回にわたって治療を受けている。

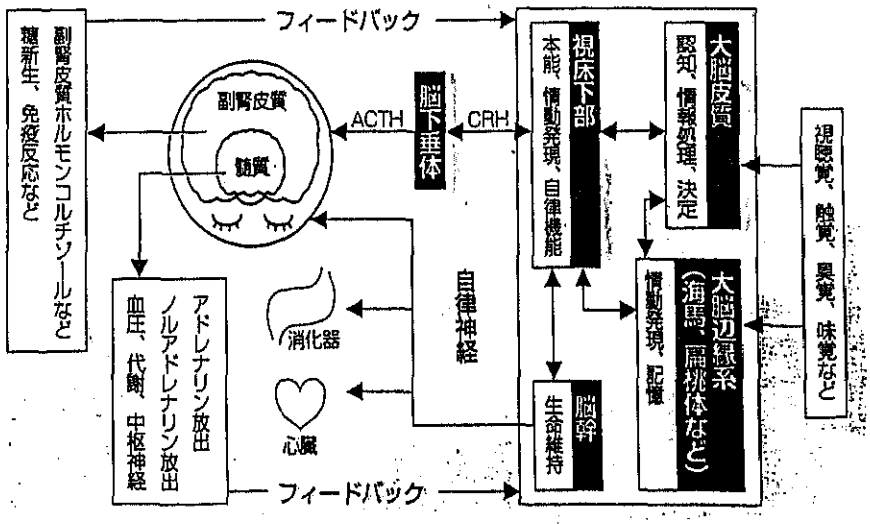
「私の母には2度、流産の経験があり、それが私の感情や行動パターンに影響していることに気づかされました。また母親は人間関係によるストレスが強く、私もそのことでずっと不安を感じ続けていた。そのせいでしょう。振り返ってみると私は子どもの頃からがほとんど自分というものを出さずに生きてきたように思います。職場でも人の陰口ばかりいう先輩を不快に感じながらも、相づちを打っていた。治療ではこうした行動パターンを変えるために胎児期のイメージの修正が行われました。もっと自分を素直に表現できるように生き方を変えることにしたのです」

高田さんの体の状態に明確な変化が現れたのは今年の1月、2度目の治療後のことである。NK細胞の活性度が31・5パーセントから42・7パーセントに上昇し、さらにBRCA2、RUNX3という2種類のがん抑制遺伝子もそれぞれ、介入前の2・4倍、4・1倍にまで増加しているのだ。

40代後半の末期の口腔底がん患者、青木信彦さんの場合はさらにきわだった効果が現れている。

青木さんの場合には、自らの胎児期の不安に加えて、奥さんが青木さんの死を恐れる

■ストレスの心身相関



好評 発売中
誤解だらけのアガリクス選び
氾濫するアガリクスに関する誤った情報。今その誤解をすべて解き明かし、本当の抗がんアガリクスの条件を薬学、医学の両面から明らかにした話題の書。多くのがん患者を救った臨床内科医の臨床報告がアガリクスの抗がん効果をさらに明らかにしてくれる。
●抗がん健康食品研究会編
●四六判 160ページ ●定価本体1,300円（税別）
発行 八峰出版株式会社
電話 03-3243-1150
FAX 03-3270-9588
メール info@happoshuppan.co.jp

SATイメージ療法

■SATイメージ療法によるがん治療法

1. ストレスとがん細胞の増殖にどのような関連性があり、SATイメージ療法がが患者のQOL改善（がんになった意味の理解、希望維持、自己成長によって改善促進）、延命（免疫能維持）や、がんの自然退縮（がん抑制遺伝子ON）にどのような効果をおよぼし得るのか、また心理検査や血液検査、遺伝子発現検査とがん治療の関連性について、治療者の考えを個別的に理解できるよう説明し、納得を得る。
2. 好中球増多症、リンパ球減少症をもたらすような大量の抗がん剤使用、放射線照射、大手術を避ける。
3. 鍼、気功、漢方、音楽療法、食事療法など、副交感神経刺激療法の併用は望ましい。
4. 慈愛願望欲求からではなく、自己信頼欲求や慈愛欲求を充足するように生きる生き方が自然治癒力を高め、治療的であることを自覚させ、治療的生き方の目標化を促す。もし目標化させられない時はSAT瞬間自己決定法を用い、そのような目標化を促す。
5. 治療的生き方を妨げるトラウマ感情をまず明確化する。
6. 次にトラウマ感情を消し得る、「イメージ脚本」を自覚させるSATイメージ療法を行う。
7. 治療的生き方への変容を支える生活環境療法（治療的生き方を妨げる重要他者との物理的距離化。心理的距離化など）を併用する。
8. 現在の家族など重要他者との関係がソウルストレスをつくっていることがあるので、重要他者に対するSATイメージ療法を併用することが必要になる。
9. 死への恐怖感は、交感神経緊張症をつくるので、生きるか死ぬかは「なるようにしかならない」ことを悟らせる。
10. 心理検査で改善がみられても、血液検査やがん抑制遺伝子発現検査の結果に反映されない時、QOLは改善されても延命効果はないと考える。重大な未解決のトラウマ感情が残っているので、その解明を図る。
11. MSコンチンの使用によって、体性感覚野におけるゲートコントロールが起きやすくなり、情動発現が低下するためにSATイメージ療法の効果が低下する可能性がある。MSコンチンの使用前にSATイメージ療法を実施する。
12. 人は生物学的に死亡時期が決定されるのではなく、症状による生理的ストレスの増強をも含め、心のストレスやソウルストレスが高まり、希望を失ったときに亡くなったり、あるいは人生の満足感を得て死ぬ準備が整ったときに亡くなる。

SAT療法と呼ばれる心理療法を考案した筑波大学大学院人間総合科学科の宗像恒次教授

SAT療法はイメージを介して、新たな生き方を確立するための方法です。

気持ちがストレスになっている側面もあった。そこで宗像教授は胎児期のイメージ修正に加えて、奥さんにもカウンセリングを行った。そのことで夫婦の結びつきはそれまでにもまして深まっていったという。

そうした重層的な治療により青木さんには目覚しい効果が現れている。具体的には別表のとおりだが、とくに驚かされるのはがん抑制遺伝子の上昇だ。

遺伝子の検査は患者の末端血液に含まれるRNAを測定して行われるが、5回のカウンセリングを終了した段階でRUNX3と呼ばれるがん抑制遺伝子の発現量は4倍に、同じがん抑制遺伝子であるp-53は介入前と比較して14倍にも達しているのだ。

橋本弘子さん（78歳、仮名）の場合は13年前に乳がんが発見され、右乳房の全摘手術を受ける。その後、平穏な暮らしが続いたが一昨年、脊椎の一部へのがんの転移が判明している。心理尺度の検査では感情認知困難、自己抑制、PTSDなどの指標の数値が高かった。宗像教授によると橋本さんもやはりタイプCパーソナリティの持ち主だったという。

「橋本さんの場合は胎児期の不安の他に戦争体験によるPTSDの問題がありました。防空壕に放置された死体を見て、橋本さんは死の恐怖におびえ、家族との別離の不安を募らせていた。それらがないまぜになって極度のストレスをもたらしていたのです」（宗像教授）

橋本さんの場合にもやはり、3回の治療でとくにNK細胞の活性度や白血球のリンパ球比率は目に見えて向上した。

眠っている遺伝子を働かせる

こうした心と遺伝子の働きについての関係を私たちはどう考えればいいのだろうか。高血圧を促進する遺伝子レニンの特定やイネゲノムの研究で知られる筑波大学、村上和雄名誉教授は2年前に大学を退官後、「心と遺伝子研究会」を発足させて、この問題の解明に取り組んでいる。実は宗像教授もこの研究会の一員だ。村上教授が提唱しているのが遺伝子の「オン・オフ説」だ。「環境を変えることによってそれまでは眠っていた遺伝子の働きを変えることができる。つまり遺伝子のスイッチをオフからオンに切り替えることができるのです。私はその環境の中で『心』がきわめて重要な因子として働いていると考えているのです」

心とがん――。

生き方を追及する宗像教授の治療法は、これまではあいまいな言葉でしか語られてこなかった未知の領域に光を投げかける試みだ。その光ががん治療に新たな地平を開く可能性も決して小さくはない。

©

あとがき

筑波大学大学院人間総合科学研究科教授

宗 像 恒 次

私達は村上和雄先生らとともに、これまでの要素還元的な近代科学を越え、全人的なパースペクティブをもったhealth studies をすすめてきており、今回、SATイメージ療法によるがんの精神免疫遺伝子的研究の一部を報告する次第となりました。

心や魂をつくりだすイメージ（脳神経活動パターン）は、神経、ホルモン、免疫、遺伝子を媒介として相互作用しており、私達の心のあり方次第で健康にも、がんを含めた病気にもなることを本研究結果は示唆しています。心と身体と切りはなす近代医学は予防においても、治療においても限界を迎えています。心や魂は人間の想像機能を含めすべてイメージによってつくられます。想像機能をもつイメージの運用は、特殊な霊長類だけに許された能力です。イメージは主として大脳神経ネットワーク回路体系によってつくられます。

本研究は、家族がもつ潜在記憶を含めたネガティブ感情をもつイメージをポジティブ感情をもつイメージに変えるイメージ脚本を作成することで、大脳神経活動パターンの変化させることを意図しています。その結果、QOL、自律神経のバランス、免疫力、がん抑制遺伝子発現、腫瘍マーカー値などにどのように関連するかについて検討をおこない、興味深い結果をえました。本研究ががんの心や魂と身体の相互作用のさらなる研究につながることを願って上梓します。

最後に、本研究は帯津良一名誉院長先生をはじめ、帯津三敬病院のご協力なしにはありえません。この場をかりて深く感謝申し上げたいと思います。

2004年6月吉日