

6 認知症患者へのケアメソッド

2 Mテクニック®

柴田由紀子 しばた ゆきこ
ホリスティックケアプロフェッショナルスクール専任講師/HPS認定臨床アロマセラピスト®/
RJB認定Mテクニック®インストラクター

重篤な状態にある患者にも実践できるタッチケア

特徴

Mテクニック®は重篤な状態にある患者にも行うことのできるタッチケアの手法で、イギリスの看護師ジェーンバックル博士によって1990年代はじめに考案されました。アメリカを中心に、イギリス、南アフリカ、オランダ、オーストラリア、韓国、日本などさまざまな国の臨床現場で実践されています。

バックル博士はICUの看護師として働いていたころ、重篤な状態で動くことも言葉を発することもできず、不安や恐怖などが強い患者に対して、何とかコミュニケーションを取り、ケアをしたいと考えていました。そこで彼女はいくつかのマッサージを学び試しましたが、脆弱な状態であるICUの患者にそれらのマッサージはふさわしくないと感じ、どのような重篤な状態の患者に対してでもできるようにと、より穏やかな手法を考案するに至りました。

Mテクニック®はごくごく軽いタッチで皮膚



写真 ◆ 足へのMテクニック®

をすべるように手を動かしていき、リラックスへ導きます。患者の状態によっては下肢、上肢といった必要な部分や施術可能な部分にのみ実施することもできます(写真)。また、肌に直接触れても、衣服を着用したうえからでも行うことができ、ベッド上でも、車いすに座った姿勢でも実施することが可能です。片手のみであれば約5分で実践可能であり、多くの時間を要さない点も臨床現場でのケアに取り入れやすいメソッドです。

ケアの実際と効果

ほかのマッサージ方法と異なり、皮膚や静脈

を動かさない程度の圧で、ゆっくりとリズムよく手を動かしていくのが特徴です。オイルを使っても、素手でも行うことができます。Mテクニック®の「M」はマニュアルのMであり、すべての手順を同じ数、決まった手順で行います。一定の圧で同じリズムを刻み、スピードを変えずに進めることにより、心地よい刺激が脳へ伝達され、癒された状態をつくります。その結果、不安や恐怖、怒りや抑うつなど負の感情が軽減し、同時に身体的苦痛が緩和されます。施術中に入眠する患者も多く、心身ともに深くリラックスできることがわかります。

Mテクニック®が脳に与える影響について調べた研究では、従来のマッサージとは異なり、アルツハイマー型認知症患者で血流の低下がみられる楔前部に血流の改善がみられた¹⁾と報告されています。

さらに、Mテクニック®を行った施術者自身もリラックスした気持ちを実感することが多く、患者・施術者相互への癒し効果があると考えられます。家族が患者に対して行う例も多く、家族から「何かできることがあってよかった」という感想が聞かれることもあります。重篤な状態の患者を目の前に、日々ケアに努める医療者や家族などcaregiverの癒しにつながることも、Mテクニック®を臨床現場で行う意義であると考えます。

●引用・参考文献●

- 1) Buckle, J. et al. Measurement of regional cerebral blood flow associated with the M technique-light massage therapy : a case series and longitudinal study using SPECT. J. Altern. Complement. Med. 14 (8), 2008, 903-10.

問い合わせ先

ホリスティックケアプロフェッショナルスクール神戸本校

〒651-0085 兵庫県神戸市中央区八幡通4-2-13フラワーロード青山ビル5F

TEL : 078-272-3093 FAX : 078-272-3063

E-mail : hope@hcpro.jp URL : http://www.hcpro.jp/

Mテクニック®ハンド&フットコース4時間 : 32,400円

どなたでも受講いただけるコースです。臨床現場で使いやすい、手と足のMテクニック®を学びます。

Mテクニック®プラクティショナーコース12時間(2日間) : 64,800円

フルボディのMテクニック®を学び、プラクティショナー認定を取得できるコースです。認定取得のための課題提出があります。受講資格として、解剖生理学を学んでいること(医療従事者、その他セラピストなど)。