

PTSD と鍼灸鍼治療：非言語であることの価値

マイケル・スミス医師

リンカーン・リカバリー・センター（ニューヨーク州、ブロンクス）ディレクター

コーネル・メディカル・スクール 精神医学准教授

訳：中野佐智子（ナダ認定トレーナー、鍼灸師）

鍼治療は依存症治療における非言語的な構成要素である。鍼治療はカウンセラーが患者と話す必要性に取って代わることはできないが、会話での対応に順応性を強く持たせるので、患者は簡単にそして自然に適応できるようになる。患者が嘘をついても鍼療法は効果がある。

とても難しいパラドックは、中毒者が依存症療法において助けが必要であることを否定することである。そのような患者は、治療に効果があるとは言いがたい。それにもかかわらず、抵抗的な患者は紹介や他の理由で自分が治療に来なければならぬことにしばしば気付くのである。鍼治療により、言語否定や抵抗する者をつなぎとめることができる。そうでもしなければ新しい中毒者患者や墮落する中毒者の現状を制限してしまうだろう。

ドラッグとアルコール問題への鍼治療の研究は、貧困地区である南部ブロンクスにあるニューヨーク市立リンカーン・ホスピタルで主に行われた。リンカーン・リカバリー・センターは、過去 20 年間で 50 万以上の鍼治療を提供しており、州によって認可された治療プログラムを有するセンターである。

「リンカーン・ホスピタル・モデル」は以下のよう

- 1) 耳のツボを 3 つ～5 つ使用する。
- 2) グループ治療体制で治療時間は 40 分から 45 分程度である。
- 3) 鍼治療を従来の心理社会的なリハビリテーションの要素と統合する。
- 4) リンカーン・プログラムのいくつかの要素は、他の治療施設でもしばしば鍼療法とともに併用される。

さらに以下のようなアイテムを包括している。

- 個人カウンセリングへ補助的で非対立なアプローチをサポートする

- 早期の治療過程において「12 ステップ」(12 の祈りとも言われる、薬物依存、家族の方の心の支えになるプログラム) と「NA」(ナルコティクス・アノニマス、薬物問題を抱えた患者が集まり、サポートしあう団体) の活動に意義を見いだす。
- 適切な患者を選択するような事はしない (不必要なバリアを少なくするため) 。
- ハーバル・スリープ・ミックス茶 (眠気を誘い、心を落ち着かせるハーブ茶) を使用する。
- 頻繁な尿検査を実施する。
- 法廷関連の政府機関と上手くやって行く気持ちを持たせる。
- 許容性があり、インフォーマルな家族的な環境をつくる。

この治療法は、言語で動機づける必要がないため、初期の段階であらゆる患者が容易に受け入れられる。また、ほとんどのドラッグ中毒者や広範囲にわたる心理的な症状にも効果的であり、言葉や文化の相違に関連する問題等も減少される。新しい患者で頻繁に鍼治療を受ける者は、単に初期のインタビューに基づいたものより、よりの確に治療評価の終了が可能ようだ。

寛容で非言語の特徴を持つ鍼治療は、患者の会話が感情的となった時や恐怖感をいだいた場合、あるいは感情があいまいになってしまったケースでも治療の継続を容易にする。患者がインターパーソナル治療 (内面的な治療) に慣れる期間中は、予約なしでも手軽に鍼治療を受けられるようにしている。患者はしばしば、尿検査で陽性結果が出ると分かっているにもかかわらず、尿検査を受けることがある。これは、治療プログラムにおけるプロセスの価値を受け入れているという証拠である。このような患者は、落ち着く日が来るまで、心を開いて彼等の抱えている危機感や失敗談を話すことはできないかもしれない。

しかし、鍼療法においては時間が私達の味方なのである。

臨床において鍼治療は 12 ステップのリカバリーに優れた土台を提供する。患者が最初にミーティングに参加する際に、恐怖感が薄れもっと受け入れやすい状態になり、「聞く事を学び、学ぶ事を聞くという」という伝統的なアドバイスがよく似合うようになる。鍼治療は「白い拳の禁酒・禁薬」？（手に力を入れすぎると白くなる、無理に止めただけでは回復につながらない）をかなり軽減するようだ。さらに、警戒心が少なくなり暖かくお互いに助け合える能力を身につけるようになる。12 ステップミーティングの活用が増えるということは、外来患者を基盤とするクリニックにとっては継続治療のために安定したサポートを提供できるということでもある。

法廷関連の政府機関によって紹介された患者は、しばしば完全否定かその紹介エージェントとの対立を基本的に持ちながら治療プログラムに入る。鍼治療の非言語的な特徴は、最初にスタッフから受ける鍼治療によって患者の抱える対立を解放し、これまでの問題点に向き合うことよりもストレスを軽減させることである。鍼治療により患者はとても快くなり、脅かされる事も少なくなるので彼等は依存症に対する認識が出来て、自ら助けを求めるようになる。

依存症からの自然な回復過程において、患者はしばしば危機感からの解放やウェルネス治療に対して素早い変化を求める。回復期における患者が比較的高いレベルでのウェルネス治療を必要とするのは、薬物への依存や過去の社会への回帰願望という不安がいつ再発するかかもしれないという危機感を抱えているからである。鍼治療では、危機対処とウェルネス治療どちらも、同じ耳ツボ方式を応用する。現時点では、非言語的という鍼治療の側面は依存症患者がいかなる危機感の状況でも簡易に対処しうる特徴を持っている。

薬物中毒者は親密な対人関係に耐えられない。従来の 1 対 1 のアプローチでは、不安定な治療関係を築くことしかできないので、些細なことやちょっとしたストレスで簡単に関係が崩れてしまう。患者は自分に自信がないので、カウンセラーの言葉を信用

するのは難しいだろう。最初のセッション時にカウンセラーに打ち明けることがあったとしても、さらに関係を広げることに恐れと混乱を抱くことがあるかもしれない。彼らの多くは複雑で非常に困難な問題を内在しているので、人生について正直に打ち明けるというベストな状況をつくるのはとても難しい。そしてこのような典型的な依存症患者の一面は誤解を招きやすい。非言語であるという鍼治療の有用性（処置の初期で危機的な再発段階と再発の臨界期の期間のテクニック）はこれらの多くの要因に対してサポートするのである。

数年前に妊娠 6 ヶ月の女性がクリニックに通い始めた。彼女は「夫が野球のバットを持って外で待っている、自分の事はあまり言えない。喋りすぎると彼は私の膝をバットで殴るだろう」と話した。私達はセッションを簡潔にすませ、彼女に緊急の鍼治療をした。2 週間後、彼女は私達に言った。「今日は夫と来ました。彼はドラッグの問題はありませんが、とても不安を抱えています。彼を助けて下さいますか？」その日、夫婦はそろって鍼治療を受けた。身の危険を実際に感じた女性は、言語による治療を必要とする。しかし、神経質な配偶者は、家族以外の社会的接触にしばしば強く反対する。彼女の場合は、早期に夫への警告があったので助かったのだ。全てのプロセスにはサポートがある。多くの不安を抱える人達と同様に、夫は自分から言葉を持ってアプローチをすることが出来なかったのであるが、この場合、夫は妻を信用し助けを求めることができたのである。

鍼治療を取入れないプログラムは、快く会話のできる患者と権威的な人物との対話を遮蔽してしまう。言語表現に乏しい患者の多くはプログラムに頼り勝ちになり、多くのスタッフと関係を持つことを望むようになる。これらの患者は多くの相談事に集中するのだが、治療せずに薬物フリーでいることに対して強い必要性を示す。これと対比すると、鍼治療を取入れたプログラムでは、患者はより疑い深くなり、独りよがりな自己主張が強く、反感を持つようになる。しかし、うるさくて厄介で世間と自分に対してイライラしている患者が、実際には会話だけに頼る患者よりもドラッグ・フリーの生活を維持しているようだ。

鍼治療は受容と寛容、忍耐を基礎環境とするプログラムの進展に寄与する。心理的に不可解な状況や一時的なセットバックからの変化（回復）には十分な待避空間が必要である。患者はプログラムに参加をして、権威者（治療者側）と会話する必要もなく、鍼治療を受ける静かな日を過ごす事がある。鍼治療はクリニック内の騒々しさや抵抗的な雰囲気をはらげるので、患者はとても快適なレベルでお互い交流できるようになる。他人の言い分を受け入れ内側からの変化を受け止められるようになることは、グループ療法や 12 ステップ・ミーティングの質を高

めより深いコミュニケーションが得られることになるのである。

＜スミス氏は精神医学者であり、ニューヨーク州ブロンクス市にあるリンカーン・リカバリー・センターでディレクターを勤める。彼は NADA の共同設立者であり、アメリカ国内を始め諸外国でしばしば講演や、薬物依存治療プログラムでコンサルタントをする。＞

Acupuncture: The Value of the Non-Verbal

Michael O. Smith, MD, D. Ac

Acupuncture brings a non-verbal component to the addiction treatment process. Acupuncture does not supplant the need for the counselor to talk with the patient, but allows the verbal interaction to be quite flexible so that a patient who does not feel like talking can be accommodated easily and naturally. Acupuncture will be just as effective even when the patient lies to us.

The most difficult paradox in the addiction medicine field is the common reality that addicted persons usually deny their need for help. Such patients do not say anything helpful to the treatment process. Nevertheless, resistant patients often find themselves in a treatment setting due to referral or other pressures. Using acupuncture can bypass much of the verbal denial and resistance that otherwise limits retention of new and relapsed patients.

Acupuncture treatment for drug and alcohol problems was primarily developed at Lincoln Hospital, a New York City owned facility in the impoverished South Bronx. The Lincoln Recovery Center is a state-licensed treatment program that has provided more than 500,000 acupuncture treatments in the past 20 years.

The Lincoln Hospital model can be summarized and defined as follows: 1) Clinicians use three to five ear acupuncture points. 2) Treatment is provided in a group setting for a duration of 40 – 45 minutes. 3) Acupuncture treatment is integrated with conventional elements of psycho-social rehabilitation. 4) Several components of the Lincoln program are frequently combined with acupuncture in other treatment facilities. These items include: a supportive non-confrontational approach to individual counseling; an emphasis on narcotics Anonymous and other 12 Step activities early in the treatment process; an absence of screening for “appropriate” patients (so as to lessen unnecessary barriers); the use of herbal sleep mix; the use of frequent urinalysis; a willingness to work with court-related agencies; and a tolerant, informal family-like atmosphere.

A wide range of patients can be accepted for the initial stage of treatment because there is no verbal motivational requirement. Also, acupuncture is effective for most drugs and a wide range of psychological states. Problems relating to language and cultural differences are diminished. For new patients frequent acupuncture treatment permits the gradual completion of assessment on a more accurate rather than merely on the basis of the initial interview.

The tolerant, non-verbal aspect of acupuncture facilitates retention during periods when the patient would otherwise be ambivalent, fearful, or resentful within a more intense verbal interpersonal setting. The acupuncture makes it easy to provide outpatient treatment on demand, without appointments, while the patients are being acclimated to the interpersonal treatment setting. Patients are often willing to be urine-tested even when they know that their toxicology result is positive, thereby showing respect for the value system of the overall treatment process. Those same patients may be unable or unwilling to share their crisis and failure verbally until they have time to reach more solid ground. In the acupuncture setting, time is on our side.

In practice, acupuncture provides an excellent foundation for 12 Step recovery. Patients seem less fearful and more receptive when they first enter the meetings. The traditional advice: listen to learn and learn to listen fits this model well. Acupuncture reduces white-knuckle sobriety considerably. There

is less guarding and greater ability to support each other warmly. The increased ability to use 12 step meetings provides more stable support for continuing treatment on an outpatient basis.

Patients referred by court-related agencies often enter treatment in total denial or with a basic conflict with the referring agency. The non-verbal aspect of acupuncture allows the intake staff to get beyond these protests and offer acupuncture for stress relief, instead of forcing the issue. Using acupuncture we are able to wait until the patients feel more comfortable and less threatened so they can admit their addiction and ask for help.

The nature of recovery from addiction is that patients often have quickly changing needs for crisis relief and wellness treatment. Many persons in recovery have relatively high levels of wellness functioning. Even so, a crisis of craving or past association may reappear at any time. Acupuncture provides either crisis or wellness treatment using the same ear point formula. The non-verbal, present-time aspects of the treatment make it easy to respond to a patient in whatever stage of crisis or denial that may exist.

Addiction patients often can't tolerate intense interpersonal relationship. Using a conventional one-to-one approach often creates a brittle therapeutic connection. It is easily broken by events or any stress. Patients have difficulty trusting a counselor's words when they can hardly trust themselves. Even after confiding to a counselor during an intake session, a patient may feel frightened and confused about expanding that relationship. Many of their concerns are so complex and troublesome that talking honestly about their lives could be difficult in the best of circumstances. The ambivalence typical of addicts makes it easy to develop misunderstandings. All of these factors support the usefulness of non-verbal technique during early and critical relapse phases of treatment and critical periods of relapse.

A woman six months pregnant entered our clinic several years ago. She said, "I can't tell you much about myself because my husband is out in the street with a baseball bat, he'll hit me in my knees if I say too much." We provided an emergency acupuncture treatment and conducted a simplified intake interview. Two weeks later this patient told us, "This is my husband, he doesn't have a drug problem, but he is nervous, can you help him?" Both of them received acupuncture that day. The woman needed non-verbal access to treatment because of real physical danger. Overprotective spouses often forcefully oppose all social contacts outside the marriage. This patient was protected because there was no premature verbal bonding that would have threatened the husband. The whole process was so supportive that the husband was able to trust his wife and seek help himself. Like many fearful people, he was literally unable to make any verbal approach on his own.

Treatment programs without acupuncture are compelled to screen for patients who are able to talk readily with authority figures. Many verbally needy patients become quite dependent on the program and quite involved with numerous staff members. Such patients may be the focus of many conferences, but they are often too needy to remain drug-free outside the treatment setting. In contrast, acupuncture-assisted intake can retain patients who are relatively more paranoid, independent, assertive and hostile. Noisy, troublesome patients who are frustrated with the world and with themselves actually may be more likely to sustain a drug-free lifestyle than patients with verbal dependency needs.

Acupuncture helps a program develop an underlying environment of acceptance, tolerance and patience. There is ample space for the ambivalence and temporary setbacks that are a necessary part of any transformation. Patients can have a quiet day by attending the program and receiving acupuncture without having to discuss their status with a therapeutic authority figure. Since acupuncture reduces the agitated defensive tone in the whole clinical environment, patients are able to interact with each other on a much more comfortable level. Their increased ability to listen to others and accept internal changes have a profound effect on the quality and depth of communication in group therapy sessions and 12 Step meetings.

M Smith, a psychiatrist, is director of the Lincoln Recovery Center in Bronx, NY. He was a co-founder of the NADA and is a frequent speaker and consultant for addiction treatment programs throughout the US and many foreign countries.

世界のニーズを満たす耳鍼療法

マイケル・スミス医師

訳：中野佐智子

ここ数年、アメリカ国内と 40 カ国の国々で 2000 件以上の薬物・アルコール依存治療プログラムの一部として鍼治療を取入れる様になった。これは、リンカーン・ホスピタル（ニューヨーク州、ブロンクス市）の過去 30 年間、日に 100 名以上の患者に鍼治療を施術するという実績が反映されている。

アメリカで認定されているマイアミ・ドラッグコート・モデルはリンカーンホスピタルの結果産物である。基本的なコントロール(対照)研究は、あらゆる臨床状態を基本にした成果評価（アウトカム）と同様に発表されるのである。本プログラムの研究開発には大村恵昭氏に援助していただいた。

鍼治療は心理学領域のリハビリテーションに基盤を提供し、薬物依存治療における補助的な構成要素となり得る。鍼治療の効果により以下のような特徴的なことがプログラム全体に影響を与えている。

- 1) 抵抗的な患者にアクセスを促す非言語的な構成要素である。
- 2) 不安感や動揺を減少させる。
- 3) 受容や安定を促す。
- 4) トラブルに恐怖心を抱くものに深層心理に向き合うことを促すことができる。

ドイツやスカンジナビアにある 50 以上の精神病院で本プログラムと同様な鍼治療のプロトコルが採用されている。これらの病院では、それぞれ 50 名以上の看護師が鍼治療を学び、結果として、患者の隔離とベンゾジアゼピン（睡眠鎮静作用、抗不安作用等）使用の減少が報告されている。

鍼治療（NADA）は、2001 年にマンハッタンと 2005 年のニューオーリンズで貧困層 PTSD の治療に活用された。消防隊員と警察官およびストレスを抱えるヘルスワーカーへの治療が有効だったので、一次トラウマ対応員の治療提供のための訓練が成されている。最近のハリケーン・シーズンには、ルイジアナ州医療委員会と州立法がその監督下において、より多くのものが NADA の鍼治療が提供されることを承認するという新しい鍼治療の法制定を発表した。

メサドン、抗うつ薬、神経遮断薬等を服用している患者は、鍼治療を服薬と共に利用している。マグネット粒による圧刺激療法は注意欠陥多動障害、多動性、自閉症に近い子供達に効果のあることが示唆されている。

リンカーン病院の鍼治療プログラムは、NADA (National Acupuncture Detoxification Association) の設立に至った。NADA はデトックス鍼治療スペシャリスト（ADS）の教育と認証に関する広範囲におよぶ基準を設けた。ニューヨーク州の法律によれば、承認が得られた医療機関に勤める医療関係者は 70 時間の NADA トレーニング・プログラムを習得すれば、免許ある鍼灸師の監督下で耳鍼治療をする事が出来る。この法律によりニューヨーク州では 200 件以上のプログラムで鍼治療が可能になった。

戦争で引き裂かれた避難民キャンプでの光景は特に印象的だ。タイの DARE プログラムは境界キャンプでは、ビルマの 12 部族に何年間も耳鍼療法を提供してきた。2008 年 5 月には、東アフリカの避難民キャンプでの 2 週間のトレーニングで NADA が紹介された。その年の終わりまでに、NADA の研修を受けた避難民研修生により 29000 人に鍼治療が提供された。鍼治療は乱暴な土地紛争の生存者と彼等を警備する軍人に応用された。

NADA では注意欠陥多動障害、多動性障害、自閉症スペクトラム障害、夜の震え、夜尿症、および暴力傾向がある青少年にマグネット粒療法を実践してきた。粒を耳の神門穴の対角の後方に 1-2 週間程、貼っておく。このテクニックにより長期間による改善例が多く見られたが、その評価はまだ初期段階である。

Ear Acupuncture Protocol Meets Global Needs

Michael O. Smith, MD

More than 2000 drug and alcohol treatment programs in the US and forty other countries have added an acupuncture component to their protocol during the past several years. This development is based on the 30-year experience of Lincoln Hospital (Bronx, NY) which provides 100 acupuncture treatments per day as part of its comprehensive program. The nationally recognized Miami Drug Court model is an outgrowth of the Lincoln experience. Basic controlled studies will be presented as well as outcome evaluations based on various clinical situations. Dr. Yoshiaki Omura helped develop this program.

Acupuncture provides a foundation for psycho-social rehabilitation. It is only an adjunctive, supportive component of substance abuse treatment. Several characteristics enhance the benefits of acupuncture on overall program functioning: 1) it's a nonverbal component which facilitates access to resistant patients; 2) it reduces level of anxiety and agitation program – wide; 3) it facilitates calm, receptive behavior; 4) it helps develop the inner meditative core of even trouble fearful persons. This same acupuncture protocol has been adopted for use in more than 50 large psychiatric hospitals in Germany and Scandinavia. These hospitals have trained more than 50 nurses in each of their facilities. They report much less use of seclusion and benzodiazepines.

Acupuncture has been used to treat thousands of post-traumatic patients in lower Manhattan in 2001 and New Orleans in 2005. Treatment of fire men, police officers, and stressed healthcare workers has been so successful that there is an effort to train trauma first responders to provide treatment. During the recent hurricane season the medical board and state legislation of Louisiana have announced a new acupuncture law which allows a large number of people to be approved to use NADA acupuncture under general supervision.

Acupuncture is regularly used with other medications, including methadone, antidepressants, and neuroleptics. Magnetic beads (acupressure) have been shown to be effective in children with attention deficit, hyperactivity, and borderline autism.

The Lincoln Hospital acupuncture program has led to the establishment of the National Acupuncture Detoxification Association (NADA). NADA has established standards for training and certification of “acupuncture detoxification specialists” on a widespread basis. According to New York State law, for instance, any clinician in an approved treatment setting can complete the 70-hour training program and be able to provide ear acupuncture under general supervision of a licensed acupuncturist. This law has allowed acupuncture to be part of more than 200 treatment programs in the state.

Refugee services in war-torn areas have been particularly impressive. The DARE program in Thailand has provided ear acupuncture for many years with a dozen different Burmese tribes in border camps. NADA was introduced during a 2 week training in refugee camps in East Africa in May 2008. By the end of a year, 29,000 treatments were provided by the refugee trainees. Support was provided for survivors of a violent land dispute, and for the soldiers guarding them.

NADA members have used magnetic beads to treat children with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD), autism-spectrum disorders, night terrors, bedwetting, and violence-prone adolescents. The beads are placed on the back of the ear opposite the Shenmen point. Beads remain in place with an adhesive 1-2 weeks at a time. Many instances of prolonged improvement have occurred, but this technique is only in an early stage of evaluation.

震災トラウマの耳鍼治療

ローラ・クーリィ鍼灸師、NADA 公認トレーナー

ビデオディレクター、プロデューサー <http://www.malula.net/index.html>

訳：中野佐智子

MS：ワールド・トレード・センターの惨事後、セラピストと患者は互いに何をいったらいいのか分からないほど不安と恐怖に陥りました。言語を介した治療に興味をもつものはほとんどいなかったでしょう。

看護婦のジョアンさん：主要なトラウマ・ユニットであるセント・ヴィンセント・ホスピタルはグラントゼロに一番近いところにあります。私はこの病院の第二の ER に所属していました。そこにはあらゆる医療器具が用意されていましたが、患者はほとんど来ませんでした。消防隊員が来ましたが、とても当惑した様子で、何か言いたいことがありますかと訪ねても答えはありませんでした。

被災への新しいアプローチ

シェリー医師：トラウマのフィールドで気になることの一つは、なぜ治療を拒否するのかということと、拒否する人をどのようにして助けるかです。明らかに言えることは、何が起こったかを話すことではありません。話すことでトラウマを再度経験することになりますので、セラピストと話をするというのは最終的な段階です。

ジョアン：私は精神科の看護師でした。9月11日の夜、ホスピタルのメディカル・ディレクターより耳鍼治療の許可がおりて翌12日から提供することになりました。とても忙しくて、1日に100人ぐらい治療をしていました。カウンセリングのユニットは隣でしたが、私達に比べれば極めて少ない患者しかきていませんでした。このことは、人々が話をしたいという必要性を鍼治療で満たしていることが示唆されているのではないのでしょうか。

マイク：信頼関係がなければ言葉を用いる治療の効果がないように、西洋のメンタル・ヘルスでは信用／信頼がないと効果はありません。アメリカに

は文化や言葉が異なる人々がたくさんいます。あなたの文化や言葉を理解した素晴らしいセラピストがいったい何人いるのでしょうか。

私達は単に耳鍼とメモに書いて、ストレス削減クリニックのサインを出しただけだったのです。面白いことに、クリニックに来られた方の多くは耳鍼のことは聞いた事も理解もしていないのに治療に来ているのということです。なぜこのクリニックに足を運ぶのかははっきりとしていました。スタッフだけではなく、コミュニティの人達もとてもポピュラーだったからです。

リッチー、消防署のピア・カウンセラー：私達にとっての目的は、消防隊員へのストレスを削減するためで、単純な方法として見つけたのが鍼治療でした。

ジョアン：この病院では患者への薬物依存のプログラムで鍼治療がすでに提供されていたので、9・11のような甚大な事態でトラウマに遭われた方が単にこの鍼治療に来られるということでした。

マイク：私は1969年よりリンカーン・ホスピタルで精神医師をつとめています。ずっとメサドンの効果に疑問をもっていました。1974年に香港のウェン医師によるヘロイン中毒者への鍼治療を雑誌で読んで、メサドンを使用せずに鍼治療を中心としたプログラムを提供できると気がつきました。鍼治療を受けながら、他の治療グループや活動に参加できると考えました。

「1985年、マイケル・スミス氏がNADAを発します。ブロンクスにあるリンカーン・リカバリー・センターが最初のNADAのトレーニング・センターになりました。私たちはNADAのプロトコルに従いました。」

ジョアン：5つのつぼを使用したプロトコルは、ナダ・ファイヴ・ポイント・プロトコルと呼ばれ副作用がなく、とても効果があり、あらゆるヘル

スケアの場で提供できます。フランスやドイツ、中国では体のそれぞれの部分が耳に相当していることをつきとめています。これらのツボは精神や感情、身体へ治癒力のあることが証明されています。

マイク：我々はこの鍼治療は薬物中毒の治療に効果があると前から話していました。この鍼治療意外には学ぶ場がありませんでした。そして9・11後に鍼治療を使用し始めました。

シェリー：鎮静剤を使用せずに急性な不安や睡眠障害に効果があります。また、鍼治療で自然にどんなことが起こっているのかを体験させてくれるのです。

リッチー：鍼治療の後、帰宅の車中では何もまだ違いは感じなかったのですが、効果はその週の後半に現れました。9月10日から初めて5日間連続、夜寝むれたのです。疑いもなく、この鍼治療は良い！と実感しました。私には鍼治療とはなんなのか全くわかりませんが、理解することは重要なものではありません。とにかく、私には効果があったのです。

シェリー：私達のような民間クリニックでの耳鍼治療の利点は広い部屋で治療をすることです。セラピストが何をするか解らないような静かな場所ではありません。この病院は近隣の住民からは精神療法や薬以外の通常の医療提供ではなく、ストレス削減の治療提供で知られています。

ジョアン：Integrated Stress Management Program (ISM)は、ワールド・トレード・センター・ヒーリング・サービスの一部です。ニューヨーク市内に数カ所あり、2001年に長期プログラムとしてProject Liberty (9・11後に設立されたカウンセリング団体)より設立されました。

WTCヒーリング・サービスは9・11後にダウンタウンコミュニティのニーズを満たすために設立されました。耳鍼治療、霊気、マッサージやジョウレイのエネルギー療法があります。サウンド・ヒーリングではフルートを演奏による美しくリラックスした音楽が流れています。

フィナンシャル・ディストリクト、高校、スタトン・アイランド地区、チャイナタウンランドゼロから1ブロック離れたところにオフィスが

あります。1週間に2日、ちょうどお昼休みごろにフィナンシャル地区で、まだ9・11の被害を負っている方々に耳鍼治療を提供しています。彼らは耳鍼治療やカウンセリングを受けに来ますが、カウンセリングを受けたくなければ受けなくてもいいのです。耳鍼治療のみを受ける方もいます。ランドゼロの近郊の高校でも、9・11の後やその間にいろいろと世話をされた学校の関係者や教師の方々に耳鍼治療を提供しました。

それにスタトン・アイランド・フェリー事件の後、スタトン・アイランドのセント・ヴィンセントでクリニックをスタートする事が出来ました。

チャイナ・タウン

FW：セント・ヴィンセントでは、西洋と東洋の医療を合併できることが望まれていました。中華街のコミュニティでは、鍼治療は数千年もの間文化に生きているのは知っているのだが、多くの人は鍼治療は受けたことがありませんでした。しかし、親しみがあるので治療を受けるのに抵抗はあまりありませんでした。米国在郷軍人会の帰還兵は、いまだにPTSDで悩まされている方達がいて、悪夢などを訴えます。これらの方は60代、70代の年齢になっているので、この年代の方々に鍼治療を提供したかったのです。

HPC：私の名前はチャン。ニューヨークの刑務所で働いていますがストレスのレベルは非常に高いです。いつも生と死の状況に立ち向かっているため、耳鍼治療を受けることで毎日の刑務所での不安感やストレスのレベルが削減されます。耳鍼治療は自分の持っている癒す力を駆使します。私の国の文化でもある耳鍼治療を誇りに思います。

ジョアン：2005年の秋、病院のスタッフがルイジアナ中央に派遣され、メディカル・チームと共に駐車場で体の不調を訴える避難者の治療にあたりました。

医師に診てもらう前に待合所のような場所で耳鍼治療を受ける人々がました。好評なようでした。

セリー：自然災害の後で大切な事の一つは、夜、落ち着いて睡眠を取ることです。3,4日不眠でいる

と急性の精神病になる危険があることは、精神医学では知られています。

鍼の治療後は、落ち着きを感じたり、もっと物事に対処する事が出来ると話される。これは落ち着くだけではなく、対処する事もゴールの一つです。でも私達は、鎮静剤が効果ないという事を知っていますし、鎮静剤はあらゆる場面で対処しようという心構えが湧いてこないからです。

それよりも、鎮静剤は対処できる能力を削減して、何が起きているかを統合する機能さえ削減するので、耳鍼治療や、心と体の介在について、ユニークなことがあるのでしょうか。

それは、落ち着きや警戒心があって常に準備ができることです。中医学では、危機の後には気が発散すると聞いています。その発散した気をどのように戻すかが課題です。私はこれをレギュレーションと呼んでいます。ムードや変調にも影響があるのではないのでしょうか。

未来の精神医学はどこに向かっていき、どのように人はその状況に対応していくのでしょうか。薬はもっとも簡単です。毎日薬を飲むことはその状況に対応するのにとても効果がありますが、薬の値段はとても高いし、多くの人は薬に興味を持っていません。すぐに役に立つツールを持つことが必要なのです。

マイク：このシステムの利点は簡単に治療できるだけではなく、危機が起きた時にどのように対処できるかを簡便に人に教える事が出来ることです。国境のセキュリティ・フォース（警備部隊）、ナダインド。2005年11月パキスタン地震。ベトナムで全盲の方に鍼治療、カンボジア、ビルマの避難民キャンプ（DARE ネットワーク）、カリフォルニアの山火事で消防隊員に鍼治療。

リッチー：2,3カ所の消防署で、イラクからの帰還兵に鍼治療をし始めました。彼らに耳鍼治療をするたびに、ストレス削減に寄与していると感じます。

シェリー：トラウマはどこででも起きます。耳鍼はとてもシンプルで、エコノミカルなのです。セント・ヴィンセント病院では9・11、ハリケーンカタリナ、リタ、ウィルマの多くの生存者に鍼治療をしましたので、赤十字から鍼治療の費用が返済されました。耳鍼治療は、実際に予防医学に主要な役割があると思います。心臓医学ではストレスや高血圧、高コレステロールが心臓病に影響があると言われていています。耳鍼治療はシンプルな方法です。実際にストレス削減に効果があるとすれば、どうして医療の構成要素として利用しないのでしょうか。

（翻訳補助校正 社会鍼灸学研究会 副代表 箕輪政博）

Unimagined Bridges

Directed and Produced: Laura Cooley, NADA Registered Trainer
<http://www.malula.net/index.html>

MS: After the WTC attacks the therapist were nervous, the patients were frightened and nervous and didn't know what to say either. So very few people were interested in verbal therapy very few.

JS: Saint Vincent's is the closest major trauma unit to ground zero. I was assigned to a sub acute ER in the hospital and we had all this equipment but very few patients coming through. It was really a firefighter who was in the sub acute ER who was so distraught looking ask him if he had anything he wanted to say, and he didn't.

A New Approach to Disaster

SM: One of the concerns in the trauma field is how to help people who actually avoid treatment and one of the things we had to try and figure out is why their avoiding treatment. And it became clear that the major reason is that this is the group that re-experiences the trauma by even talking about what happened. So the last place their goanna wanna go is talking to a therapist.

JS: I was a psychiatric nurse; I was seeing what we really needed to be doing. Something different and I did get permission from the medical director that evening to start ear acupuncture the next day. We were very busy; there were days that we were seeing up to 100 people. The counseling unit was next to the ear acupuncture clinic and they were seeing far fewer numbers of people. I think that is indicative to what people were looking for but we're filling their need they wanna talk.

MS: This was able to help people without having to explore something that requires verbal trust, appropriate language and a perspective to describe things that people didn't have and that was the problem. In trauma situations you don't have trust. Western mental health doesn't work unless you have trust you don't have perspective; you don't always have the language. Lets say you're not only traumatized but your language is different than the dominant language. Why on earth should you be able to discuss this, further more how many therapist do we have that are so good that they can work with you and whatever sub group you belong to on the spur of the moment without any money in the middle of nowhere and why should that be the case.

We simply put up signs that said stress reduction clinic and in parenthesis said ear acupuncture. And what was interesting was that many people came never having heard of ear acupuncture or understanding anything about why they would be coming for ear acupuncture but it was clear to everybody why you might go to a stress reduction clinic and it turned out to be very popular not only with the staff but the people in the community.

RD: The object of the game for me and the people that I work with is to reduce stress for firefighters. And we found that a very simple way to do that was acupuncture.

JS: At the hospital we already had ear acupuncture available for our clients in the addiction program. So it was just a matter of transferring that to people who would be experiencing traumatic symptoms after a huge disaster such as 911.

MS: I have been a psychiatrist at Lincoln since 1969. We were always a little frustrated with the effects of methadone. And so in 1974, we read in the newspaper that acupuncture had been used by Dr Wen in Hong Kong to help heroin addicts. Pretty soon we realized that we could actually run the entire program based on acupuncture not methadone. So that they could participate in groups and other activities.

JS: We followed a protocol that was set up by NADA. A simple protocol of 5 acupuncture points on the ear referred to as the NADA 5pt protocol has been found to be effective without side effects and easily taught to those providing services in the health care setting. French, German and Chinese identified acupuncture points on the

ear that correspond to all the different parts of the body. These points have demonstrated therapeutic effects on mental, emotional and physical states of being.

MS: When acupuncture started to be used after the 911 attack for instance we had always talked about it previously as being related to an addiction problem because we really didn't have any venue to learn how it might be relatable.

SM: Can help both acute anxiety and insomnia without using sedatives and allow someone to integrate what's going on in a natural way.

RD: Drove home to Long Island, driving home I thought I really don't feel any difference and when I got home I had dinner and I thought I still don't feel any difference and then it showed up later on that week. I slept 5 nights, it was the first 5 nights sleep I had since September 10th 2001 so theirs no question in my mind that this is good stuff. I have no clue I don't know how it works I have no vague idea how it works it's not important to me to find that out. I just know this is what it did for me.

SM: One of the advantages of the ear acupuncture in our setting was that it was done at a community hospital in a large open setting and that's very helpful. It's not done in a quiet room you don't know what the therapist is gonna do. Saint Vincent's was well known to the people who live in the area and the fact that they were offering stress reduction in a non-medical setting drew a lot of people who weren't interested in either psychotherapy or medication.

JS: The WTC healing services was created after September 11th to meet the needs of the downtown community. The name of the clinic is the Integrated Stress Management Program. In addition to the ear acupuncture, the other modalities that we offer are energy work like Reiki and reconnected Jo-Re energy work, massage. We offer sound healing, Ruth Cunningham is a sound healing practitioner and she plays the harp, the flute and she uses her voice to create beautiful relaxing sounds.

We have a suite of offices downtown a block from ground zero. And 2 afternoons a week around lunchtime we offer ear acupuncture to people in the financial district who are still dealing with the aftermath Sept 11.

And they come in to receive ear acupuncture and counseling and if they don't want to deal with counseling they don't have to. In the meantime, we can provide them something like ear acupuncture. We also have 4 clinics in the high schools that boarder around ground zero, so we are able to go in and provide ear acupuncture services to the employee's particularly the teachers who dealt with a lot during that period after 911. In addition, after the Staten Island Ferry accident, we were able to start a clinic at Saint Vincent's in Staten Island.

China Town.

FW: We were hoping at Saint Vincent's that we could combine eastern practices with western holistic healing. People in the Chinese community feel like they know ear acupuncture. I'm sorry not ear acupuncture but acupuncture which has been in our culture for thousands of years There are a whole bunch of people who haven't had acupuncture but are open to the idea of having it because it's familiar. We came to the American Legion, some of the veterans still had PTSD and they are still having nightmares now and these are people who are in their 60's or 70's. So we wanted to reach out and service this population.

HPC: I'm officer Chan with NYC Dept of Corr, as a correction officer we work inside detention in jail and the stress level in there is tremendously high and we have to deal with situations of life and death all the time. And by utilizing ear acupuncture actually helps me decrease my anxiety and stress level from day to day operations inside the jail. It's using their own healing methods so they're proud to come for ear acupuncture because this is my culture.

JS : In the fall of 2005, staff from the hospital was sent down to central Louisiana and it worked really nicely with the medical team, the evacuee's in parking lots who were seeing medical teams for physical problems. Some of them were getting ear

acupuncture in sorta our parking lot waiting area before they saw a doctor. It was good.

SM: One important thing after a crisis of any nature is to be able to calm down enough to sleep. We've always known in psychiatry that 3 or 4 days of no sleep, everyone is at risk of acute psychosis. We did questionnaire early on like what brought you here, what did you experience. It was just sort of basic feedback the overriding comments were that people felt calmer and more able to cope and you think about it that really is the goal and it's both in those things not just being calmer. If the goal were just to be calmer sedatives would be useful.

But we know sedatives are not useful because people don't feel increasing prepared to cope. It diminishes their ability to cope and reintegrate what's going on. So theirs something probably unique about ear acupuncture and other mind body interventions. That what their really doing is balancing both the ability to be calm and yet alert and prepared. In Chinese medicine, one of the ways I've heard it spoken is that after crisis chi scatters, and one questions how do you help the chi re-establish itself and I think that is what we call regulation, affect and mood and modulation.

All these kind of terms it's really sorta where the future of psychiatry is going is how do you know people modulate. Medications are easier. Being able to take a medication daily that does help modulation affect is very useful but medicines are very expensive, and a lot of people are not interested in medications. You have to have tools that are readily available.

MS: The good thing about this system is that not only is it easy to use but easy to teach people how to do this of all the things your gonna teach people in crisis, this is close to the safest you could possibly do.

RD: It's interesting because now I'm just starting to work with a couple of fire dept clinicians on programs for returning veterans from Iraq and the more we work the program the more I see an opportunity for us to use acupuncture for some of these guys to reduce the stress that that have.

SM: Trauma happens all over and you can't possibly have extensive trauma help intervene something like ear acupuncture so simple and so inexpensive can travel where the trauma occurs. St Vincent's ended up with dialogue with the Red Cross partly because how many clients we were serving in the ear acupuncture clinic. I think that the ear acupuncture actually could have a major role in preventive medical health. One of the things that we know that cardiologist talk about stress impacts cardiac health like hypertension, high cholesterol heart disease basically. So if you have a simple tool that actually helps stress reduction why not use it for medical complement.

中野佐智子（通訳と翻訳）氏プロフィール

1995 年、シアトルの北米鍼灸学校を卒業。同年、ナダの会員になる。以来、シアトル近郊の刑務所でナダの治療を始め、アルコール治療センター、HIV/AIDS クリニック、ホームレスクリニック、ホームレスユースセンター、アジア難民クリニック、低所得者クリニック、トレイラーパーク（老人）、ディ・リポーティング・センターと幅広い年齢、文化、言葉や宗教の異なる方達に鍼治療を施術し続ける。2007 年、ナダ公認トレーナーの資格を受ける。これらの公衆衛生の職を持ちながら、自営のクリニックを開業。他の資格として NAET® (Nambudripad's Allergy Elimination Techniques) ,NLP (Neuro Linguistic Programming) & TET™(Time Empowerment Technique) マスタープラクティショナー、ワシントン州催眠術師登録、HUNA（古代ハワイアン・エネルギー・メディシン）プラクティショナー、日本経絡治療東洋はり、Seattle Institute of Oriental Medicine（鍼灸学校、非常勤講師／クリニック・スーパイザー）。