

アクサ損害保険株式会社主催・公益社団法人顔と心と体研究会共催
『顔と心と体のケア』シンポジウム 2017～交通事故後の心のケア～
パネルディスカッション要旨

1. 心の傷はどのくらいの時間をかければ治せるものか？
(加茂) フラッシュバックや悪夢は、トラウマ体験から1ヶ月以内であれば誰にでも起る普通の経験である。時間の経過とともに消えていく。しかし、時間が経っても治らないものは、時間が経つほど治りにくくなる。半年～1年経ってもまだ治らないときは、医師と相談した方がいい。
2. 大怪我をしてどん底の状態にいるときにはどんな言葉が必要ですか？
(古市) 当時形成外科の医師が「昔よりいい顔にしてあげるよ」と言ってくれた。嘘でもいいから、未来に希望を持たせる言葉が必要だと思う。
3. リハビリメイクは年をとっても効果があるでしょうか？
(かづき) しみ、しわ、たるみなど、40歳を過ぎたら誰でもリハビリメイクなのです。
4. ケロイドの治療を自由診療でやるとかなりお金がかかりますか？
(小川) 熱傷（やけど）や外傷（けが）によるケロイドや肥厚性癬痕の治療は、保険適用がある。美容外科手術の結果残った傷については、保険適用外になる。
5. 形成外科を選んだ理由は？
(小川) 癌などの治療は手術や抗がん剤など対処法が決まっているが、形成外科の場合は一人ひとり怪我の状態や傷跡が違うので、オーダーメイドの治療が必要になる。そこに「職人」としての医師のやりがいがあると思う。
6. 病院でのリハビリメイクは保険適用外か？
(かづき) 自由診療の扱いになる。
7. 社会復帰をサポートする保険サービスとして具体的にどのようなものを考えているか？
(原田) がん保険や介護保険など、治療や介護施設を提供するようなサービスは既に行われている。
(かづき) お腹の中にいる胎児に対する保険はどうか？つまり、先天性疾患をカバーするような。
(小川) 美容外科手術の傷跡のような健康保険適用外の治療に民間保険が適用されるとよい。
(加茂) カウンセリングなど、時間や回数で保険適用が制限されているものについて、それを超える部分をカバーする民間保険があればいいと思う。
(かづき) 事故などによる傷跡のカバーに必要な化粧品を保険でカバーするというアイデアもある。実際、欧州などでは健康保険でカバーする例もある。
8. ケロイドのように肥厚するのではなく、陥没するような傷、ニキビの黒い跡、アトピーの掻き傷なども治療できるのか。
(小川) 大体のものは治療できる。完全に消せなくても形を変えて小さくするような

方法もある。

9. 血色をよくするには？

(かづき) 上から下に向って行う血流マッサージがよい。男女問わず有効。

10. リハビリを提供する人にはどのような資質が求められるか？

(古市) 人の痛み・苦しみ・悲しみの分かる人、人を受け入れることのできる人、自分の価値観を押し付けない人が望ましい。

11. PTSD は最近増加していると言われていたが？

(加茂) PTSD は日本の中ではここ 20 年くらいでやっと普及した概念なので、それまでとの比較は必ずしもできない。終戦後や広島・長崎の原爆投下後にはもっと多くの PTSD 患者がいたと想像できる。

12. 一般社団法人きらきらの活動について教えてください。

(古市) 女性が自分をさらけ出す講演会活動。辛い体験や自分の嫌なところなどを人前で発表するために整理し、見つめ直す。この段階で、自分の嫌なところなどを既に受容するので、その人の人生は激変する。発表することでさらに変わる。それは多くの人々がそれを受け入れてくれるということを経験するから。多くの人々が同じように悩み、辛い経験を抱えていることも分かる。既に 100 人以上の女性が発表し、その人生を変えている。男性のためには「サムライ講演会」というのをやっている。

(加茂) ト라우マの心理療法によく似た方法だと思う。危険な体験を頭の中で整理して、言葉にして相手に話すということをしてもらう。そうすることでその人にとって時間が流れ始め、危険な体験が過去のものになっていく。

(古市) 講演会ではなく、小規模のもので「弱音を吐く会」というのも試してもらいたい。話し手は自分の辛いところ、弱いところ、嫌なことなどを話す。聞き手はただ聞くだけで、批判したり評価したりしないことが大事。

13. iPS 細胞や幹細胞を利用した医薬品・化粧品はどうですか？

(小川) 再生ということに関して、iPS 細胞や幹細胞で何ができるかということも大事だが、それらがどのような環境の中で機能を発揮するか、どのような力を与えれば活性化するのかということの研究することも大事だと思う。

14. 最後に一言

(原田) 本日は多くの方々からいろいろなサジェスションをもらった。今後もいろいろな人のご意見を伺うことで、保険会社のサービスをさらにレベルアップして行きたいと考えている。

(古市) 大きな怪我に対しては複合的な対応が必要だと思う。救急救命医療、形成外科、忘れる心とあきらめない心を養うこと。それとメイク。最終的には傷を受容することで前に進んでいく。

(加茂) PCIT (Parent Child Interaction Therapy) という親子の治療を手掛けているが、その手法に PRIDE スキルというのがある。親子関係だけでなく、一般

的な二者関係を築く知恵としても適用できる。ほめて (Praise)、繰り返して (Reflect)、まねして (Imitate)、相手の行動を言葉にして (Describe)、楽しむ (Enjoy) というもの。

(小川) 国の財政の逼迫から、今後健保負担の軽減が図られ、個人の負担が重くなることはあっても、補償が厚くなることはないだろう。民間保険の充実が望まれるところだ。体の傷や心の傷の治療には複合的な対応が必要で、異業種をつなげるようなものが求められる。このシンポジウムのような機会がもっとあるべきだと思う。

(かづき) 美人と美形とは違う。その人の個性によって美しいということが大切だし、個性を大事にする教育が求められている。一人ひとりが個性を發揮して自信を持って生きられるような世の中にしていきたい。