

スイスの温泉地バーデンのマッサージ・ 手技療法・補完代替医療

殿山 希¹⁾、周防佐知江¹⁾、大越教夫²⁾

抄 録

2013 年 12 月 11 日、スイスの温泉地バーデンを訪ねた。19 の源泉があり、46.5 度、pH 6.43 の硫黄泉で飲泉療法、入浴療法の両方に使用されている。ホテル内温泉入浴施設にはマッサージ室があり、医療マッサージ、リラクゼーションマッサージ、美容マッサージなど多種多様な施術が行われていた。

文献によれば、スイス国民の約半数が補完代替医療を行う病院を好み、病院内では、鍼治療や手技療法、マッサージが多く行われているという。バーデン医療センターでは、医療部門とセラピー部門があり、医師が行う手技（用手）医学 *manuelle Medizin*、理学療法士 *Physiotherapeuten* や医療マッサージ師 *medizinische Masseur* が行うさまざまな理学（物理）療法 *Physiotherapie*（手技（用手）療法 *manuelle Therapie*、*funktionelle Bewegungslehre*、バイオメカニクス分析、呼吸療法、固有受容器神経筋促通法、電気療法・超音波療法などを含む）やマッサージ（クラシックマッサージ、マニピュレーティブマッサージ、リフレクソロジー、結合織マッサージ、リンパドレナージュ、ファンゴなどを含む）が行われていた。

以上のように、スイスドイツ語圏のマッサージ・手技（用手）療法は、解剖学的組織別・物理的刺激別に系統的に分類され、それぞれ別名で記されていた。一方、日本の手技療法であるあん摩療法は、対象者の心身の状態に応じて施術を行う、いわば患者の主観に寄り添う療法であり、東洋医学の特色である全身的で個別的な色彩が強い。

キーワード：バーデン、マッサージ、手技療法、補完代替医療、あん摩療法

I はじめに

2013 年 12 月 11 日、ジュネーブでの学会発表からの帰途、チューリヒ国際空港付近で前泊を余儀なくされた。ならば、空港から特急列車で 15 分のバーデンに行こうということになった。渡航の目的が学会発表であり、温泉地の事前の情報収集の暇もなく、おまけに 20 時間という短い滞在で垣間見た内容ではあるが、今後

の日本での手技療法及び補完代替医療を考える上で興味深い点があったのでここに紹介したい。

II スイスの温泉バーデン

町の名前であるバーデン *Baden* とは、ドイツ語で入浴を意味する。ここはローマ時代から知られる温泉地で^{1),2)}、当時はローマ兵が傷の

(投稿受付日：2014 年 3 月 10 日、掲載決定日：2014 年 5 月 29 日)

1) 筑波技術大学保健科学部保健学科鍼灸学専攻
〒305-8521 つくば市春日 4-12-7
TEL & FAX : 029-858-9631

2) 筑波技術大学保健科学部神経内科

手当てに訪れた^{2),3)}。

硫黄の香が軽く漂う西洋建築の温泉街は Limmat 川に沿って広がり、旧市街のクリスマスバザール初日の喧騒をよそに静寂に包まれていた (Fig. 1)。バーデンには 19 の源泉があり²⁾、46.5 度、pH6.43 の硫黄泉が湧き出る⁴⁾。温泉水は飲泉療法、入浴療法の両方に使用されている^{1),4)}。

バーデンの温泉水の効能については、次のように紹介されている。温泉水は、一般的に全身改善に効果を発揮し、特に、自律神経系に働く⁴⁾。リウマチ性疾患、関節炎、脊椎の変性、椎間板障害や外傷・術後の運動障害、神経疾患、代謝障害、更年期障害の改善に効果的である⁴⁾。また、水中運動療法にも用いられている⁴⁾。なお、ヨーロッパでは、19 世紀後半から 20 世紀はじめにかけて水中運動プログラムが実施され始め、温泉地では、歩行障害やリウマチを対象に行われた⁵⁾。

眼痛と痛風に悩んだ文豪ヘルマンヘッセも 1923 年にこの地で飲泉療法・入浴療法を受けてからは、毎年冬季にはここで過ごし、眼痛、痛風、胃腸疾患などの身体の治療のみならず、時には精神分析による治療も受けながら、心身の健康を回復させていたとのことである⁶⁾。

町には、有名な市営浴場として、観光ブックなどには「温泉センターバーデン」と訳される

Thermal Baden がある。野外温泉プール、屋内温泉プール、そしてさまざまな施設 (サウナ、エステ、マッサージ施設、レストランなど) もあるようだが、残念ながら工事中で利用できなかった。改築工事を行っている最中に遺跡が出てきて再開の予定が遅れていると言う (Fig. 2)。

Ⅲ 温泉入浴とマッサージ

温泉地に泊まるのだから少し高くてもと、温泉入浴ができるホテルを予約した。“Novum Spa” (新しいスパの意) と名づけられたホテル内の天然の温泉水入浴施設は、宿泊客ばかりでなく、入浴のみの利用者にも開放されていた。

男女別の更衣室で水着に着替えて浴室へ。中は男女混浴。浴槽は広く、バチャバチャ泳いでいる人あり、浴槽の中に作られたベッドに寝そべっている人あり。ローマ建築を彷彿させる浴室の装飾、浴槽の淡い水色、あまり熱くない湯の温度に癒される。2カ所に豪快なジャグジー、そして打たせ湯がある (Fig. 3)。入浴後は長椅子にゆったりと横たわることができる。

スパにはマッサージ室が併設されていた。マッサージを受けようとしたが、満員とのことで施術を受けることはできなかった。料金表によると、医療マッサージとして、全身マッサージと足の反射区マッサージ (リフレクソロジー)



Fig. 1 Baden, a hot spring town located along the Limmat River



Fig. 2 Thermal Baden under construction



Fig. 3 Hotel spa with natural water



Fig. 4 Medizinisches Zentrum Baden

の記載がある。また、リラクゼーションマッサージ wellness Massagen として、ストーンマッサージ、ロミロミマッサージ（ハワイ伝統のマッサージ）、TCM（traditional Chinese medicine、伝統中医学）マッサージ、推拿、中国式ウェルネス（後者3種の違いは著者には想像がつかない）をはじめ、さまざまな種類の施術名が書かれている。さらに、「アーユルベータ」「美顔・美容」とあり、それらの中にも多くの施術が名を連ねる。「美顔・美容」には、痩身に関わるものもある。

鍼灸マッサージ師である著者らは、現地で行われている医療マッサージを体験したく、外に出て施術所を探すことにした。道を歩き出してまもなくマッサージサロンが見つかった。タイ式マッサージとアロマセラピーをしているとのこと。そこで現地の医療マッサージは「クラシックマッサージ」と言うを教えてもらった。それが受けられるのは、町では、宿泊先のホテルか医療センターだけでも聞いた。

IV バーデン医療センター Medizinisches Zentrum Baden

あきらめかけた著者らは、ホテルへの道すがら、偶然、Medizinisches Zentrum Baden の看板を見つけた（Fig. 4）。入口すぐのカフェテリアの女性に「マッサージを受けたい」と伝えて、フロアを教えてもらい、大急ぎで直行し

た。しかし、そこも満員で当日の予約はとれず、施術は受けられなかったが、確かにクラシックマッサージを行っている場であった。そして、偶然にもこの施設で行われている内容はいへん興味深かった。

4階建ての外來患者専門のその施設は、「病気の予防と健康の回復の両方を目的とするさまざまな現代的な治療法を提供する」と謳っていた。医師2名の医療部門と、理学療法士 Physiotherapeuten や医療マッサージ師 medizinische Masseurin が8人、トレーニングコンサルタント数人のセラピー部門で構成されていた。

医師2人とも肩書きにはリハビリテーション科医、リウマチ専門医の他に、manuelle Medizin と書かれていた。

1. manuelle Medizin とは

manuelle Medizin (manual medicine) とは、手の技術で治す医学の意味だろうが、日本の医学にはない専門領域なので、その発展の背景等までを視野に入れてどのように翻訳するのが妥当なのかかわからないが、今、ここでは仮に「手技(用手)医学」と訳しておく。同様に、後述のドイツ語圏の manuelle Therapie を「手技(用手)療法」と訳す。

ヨーロッパの手技(用手)療法の概念に立脚してつくられた手技(用手)医学は、筋骨格系医学 musculoskeletal medicine と整骨医学

osteopathic medicine を含んで拡大し、現在は慢性疼痛管理と注射技術（神経ブロックのことだろうか？）がその範疇に考えられている⁷⁾。1958年にスイスのDr. C. Terrierの呼びかけでベルギー、イギリス、フランス、スカンジナビア諸国代表、スイス、西ドイツの6カ国が集まり、国際組織であるInternational Federation for Manual/Musculoskeletal Medicine (FIMM) が設立した⁷⁾。

手技（用手）医学は、欧米で19世紀に始まった。スイスでは、1894年ネーゲリーによってさまざまな技法が記述された。これを基にこの治療法が医療の中に根をおろし、1959年、Swiss Medical Society for Manual Medicine (SAMM) が設立した。手技（用手）医学は、医師だけが受けられるスイス医師会 (Swiss Medical Association, FMH) 公認の3年間のプログラムを履修してディプロマが授与されるもので、現在、スイスには1,000人の医師がコースを終えて実践している。

手技（用手）医学は、主に背部、関節、筋の鎮痛を目的に行われる。バイオメカニカルなストレス、事故、病気によって発生する疼痛に対して、椎骨や関節の動きを修正し、筋緊張や障害を取り除き、関節の機能異常を是正し、痛みをとるのが手技（用手）医学専門医であるという。施術は穏やかな治療技術で痛みなく行われる。医師は再発予防を目的に個々のリハビリやトレーニングのプログラムも作成する。

手技（用手）医学の治療の流れとしては、医師はまず通常、手で行う検査により診断する。X線検査を行う場合もあるが、それは特別な場合である。次に、医師は痛みに対して特別な手技を行う。通常は、数回行くと身体が修正されるが、必要に応じて、医師はさらなる治療や特別な運動訓練、理学（物理）療法、定期的なトレーニングを勧める。手技（用手）医学で用いる軽微な刺激が合わない場合や環境に問題がある場合、まだ病気になっていない場合、事故な

どの場合には効果に限界がある。

2. セラピー部門

セラピー部門として、以下の内容が行われているようである。

1) 理学（物理）療法 Physiotherapie

英語の physiotherapy は「物理療法」、physical therapy は「理学療法」と通常訳されているようだが、ドイツ語の Physiotherapie という用語をどう訳したらよいか。著者の古いドイツ語辞書（郁文堂1988年）には、「理学（物理）療法」となっているので、今回はそのままここに用いる。

a) 手技（用手）療法：施術は関節や筋の不調の修正を目的に穏やかな刺激で行う。筋骨格系の機能障害、特に捻挫による関節機能障害、痛みによる筋緊張、筋骨格系の不快感に効果的であるという。

b) funktionelle Bewegungslehre (FBL) : FBLとは、機能運動学（英語の kinetics に相当）のことで、スイスで生まれた方法で治療法というよりはモニタリングと認知トレーニングである。上肢、下肢、頭部、体幹など身体部位や姿勢を変えた時の効率的・非効率的な動きを認識させる方法で、手術後や外傷後に行う。

c) バイオメカニクス分析：身体に生じた構造的異常とそれが波及した軟部組織、また関節が治療の対象であり、身体にどんな異常が起こっていて治療をしたのかを患者に認識させることが大切である。

d) 呼吸療法：よい呼吸法を獲得して適切な筋のストレッチと持久力トレーニングを行う。また、慢性呼吸器疾患に対するプログラムもある。

e) 固有受容器神経筋促通法 (proprioceptive neuromuscular facilitation, PNF) : 筋緊張の正常化、運動調節や運動性 (mobility) の推進、力学的安定性・持久性・強さの促進、巧緻性の促進を目的に行う。

f) 電気療法、超音波療法

2) SRT-zeptoring[®] (神経刺激装置) を用いた治療: 神経学的・整形外科的疾患、外傷、特に、運動障害に対して行う。

3) マッサージ

a) クラシックマッサージ: 特に、筋骨格系に焦点を当てたマッサージで、全身、あるいは部分に行う。

b) マニピュレーティヴマッサージ: スイスのリウマチ内科医の J. C. Terrier により考案されたもので、関節や脊椎疾患に対して行うリウマチ整形外科反射マッサージである。

c) 足の反射区マッサージ (リフレクソロジー)

d) 結合織マッサージ

e) リンパドレナージュ

f) ファンゴ: 温泉ミネラルを含んだ泥を用いた身体ラップや部分パック。主に、慢性リウマチ疾患、内臓病マッサージの前、運動療法前に行う。

g) その他: トリガーポイント療法、鍼など

4) メディカルフィットネス: グループ指導・個人対応プログラムによる医学的トレーニングを提供する。

著者らは3のマッサージ部門に駆け込んだのだ。医師の指示書なしで受けたい施術が受けられるようだ。通常医学と補完代替医療 (complementary and alternative medicine, CAM) が患者の自由意志による選択・決定に基づいて行われているとしたら素晴らしい統合医療の実践であると思うが、国の医療制度がわからないことから断言はできない。実情を知るには、詳細の調査が必要である。

V スイスの CAM

バーデンでは、「鍼」や「TCM」の文字をみかけることが多かったように感じる。東洋への関心が高いのだろうかと思い、帰国後文献を集めて以下のことを知った。スイスは、4つの言語の異なる地域から構成されている国である。

ドイツ語圏では、manual therapy には massage を含まないようであるが、他の言語地域はどうなっているのか筆者にはわからない。よって、以下の文献にあった英語の manual therapies はここでは「手技療法」と訳す。

2004年のスイス政府による調査の結果では、スイス国民の半数がCAMを受けられる病院を好み、国民の大多数が健康保険による還付を希望していた⁸⁾。また、同年に行われたスイスの入院設備のある病院内でのCAM利用実態調査(郵送による回収率81%、289病院が返信)では、149病院(51.6%)がCAMを行っている⁹⁾と答えている。そのうち、医師がCAMを行っているのは95病院で、医師が最も多く行うのは鍼(27病院)、次いでTCM(16)、ホメオパシー(13)、神経療法 neural therapy(12)、ハーブ医学(10)、アントロポゾフィー医学 anthroposophical medicine(9)、手技療法(6)の順であった。一方、医師以外がCAMを行っていたのは120病院で、最も多く行われていたのはリフレクソロジー(24病院)、次いで鍼(23)、ホメオパシー(20)、さまざまな手技療法(17)、ハーブ療法(14)、パック(13)、アロマセラピー(14)、TCM(10)、アントロポゾフィー医学(10)であった⁹⁾。

2009年5月には、補完代替医療についての投票が行われ、2012年から6年間の試験運用として、CAM5領域(TCM、ホメオパシー、神経療法、ハーブ医学、アントロポゾフィー医学)が医療に統合されることになった¹⁰⁾。しかし、米国のNational Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCIM) によるCAMの定義では、「CAMとは、一般的に通常医学の一部として考えられていないさまざまな医学、ケア、技術、製品」¹¹⁾を含み、この5領域に留まらない¹⁰⁾。実際、2011年6月～2012年12月実施のスイスのフランス語圏の病院におけるCAM利用調査では、アンケートに回答した37病院中19の病院でCAMを行って

おり、最も多く行われていたのは鍼、次いで手技療法、オステオパシー、アロマセラピーであった¹⁰⁾。また、この調査によると、9病院では医療従事者と非医療従事者の両方が、8病院では非医療従事者が、2病院では医療従事者がCAMを行っていた。専門科と医療従事者の行うCAMを見ると、産科・婦人科では医師と助産師が鍼を、看護師がホメオパシーを、助産師がオステオパシーを、リハビリテーション科では看護師が鍼やリフレクソロジーを、精神腫瘍科では医師が鍼を、整形外科では医師がアロマセラピーを、緩和ケアでは看護師がリフレクソロジー、アロマセラピー、ソフロロジー、手技療法を行っていた¹⁰⁾。

日本では、手技療法（あん摩マッサージ指圧）、鍼、灸は長い歴史を持つ代表的なCAMであり、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師は開業権を持つ国家資格として定められているが、スイスの論文には、医療職種としてマッサージ師や鍼師の記述はない。一方、日本の病院内では、あん摩マッサージ指圧師の行う手技療法は保険点数がきわめて低く、鍼灸には混合診療の壁がある。

2012年元旦以来、スイス国民は自分が治療される病院を選ぶことができるようになったとの記述が論文中にある¹⁰⁾。これは、患者が自分の自由な意志決定に基づいて治療法を選択できるようになったと言う意味だろうか。だとしたら、スイスでは、真なる統合医療が実現され始めたことを示唆するものかもしれない。

VI 終わりに

スイスのクラシックマッサージは筋をターゲットとして全身に行うというのだから日本のあん摩によく似ている感じだが、予約がとれず体験できなかったので両者の違いは不明である。スイスでもマッサージや手技（用手）療法の人気は高そうだ。

上記したように、スイスドイツ語圏のバーデ

ンでは、マッサージと手技（用手）療法は区別されていた。また、マッサージの中も分別されていた。マッサージでも手技（用手）療法でも、その中に含まれるそれぞれの技術は別名で名づけられ、施術する部位（目的とする組織）及び刺激方法が異なり、それぞれの作用機転が明記されている。

一方、日本のあん摩施術は、愁訴のある部位に焦点を当てながらも全身調整的に全身を網羅し、関節運動法を少々含む。刺激量は各患者が快適と感じる強さで行い、作用機転には、筋・神経、循環系、内分泌系などの調整まで含む。施術対象組織は主に筋肉ではあるが、術者は施術中、体表から筋に達するまでのさまざまな組織を意識し、必要に応じてそれらへの刺激も試みる。適応としては、筋骨格系疾患や自律神経疾患に留まらず多岐に渡り、疲労や健康の維持、心身のリラクゼーション、未病・予防までも扱う。その上、あん摩マッサージ指圧師が行う手による施術を「手技療法」とも呼ぶ。

解剖学的組織別・物理的刺激別に分析的に系統化されて、それぞれ別名で記されるスイスドイツ語圏のマッサージ・手技療法に対して、日本の手技療法であるあん摩療法は、対象者の心身の状態に応じて施術を行う、いわば患者の主観に寄り添う療法であり、東洋医学の特色である全身的で個別的な色彩が強い。東西の違いは大きい。

利益相反

申告すべき項目はありません。

引用文献

- 1) 山本一彦：スイスの小さな温泉地. 日温気物医 2008；71 (2)：85-86.
- 2) 秋山秀一：シリーズ旅の記憶第28話：スイスの温泉地バーデン. 地理 1994；39 (4), 64-67.
- 3) Baden ist: Source. (現地ガイドリーフレット)

- 4) Thermal Baden. <http://www.thermalbaden.ch/> Jan. 17 2014 アクセス.
- 5) 井手貢夫：ヘッセ（Century Books 一人と思想）。清水書院，東京，1990.
- 6) 清水富弘：特集「水中運動療法の歴史的概観」ヨーロッパにおける現代の水中運動療法，日温気物医誌，2009；72（3）：229-230.
- 7) FIMM <http://www.fimm-online.com/pub/en/4D5F040A03747E76040A720C030F0309030F720C747904046> Jan. 16 2014 アクセス.
- 8) Wolf U, Maxion-Bergemann S, Bornhoft G, et al. Use of complementary medicine in Switzerland. *Forsch Komplementarmed.* 2006; 13 (suppl 2): 4-6.
- 9) Widmer M, Donges A, Wapf V, et al. The supply of complementary and alternative medicine in Swiss hospitals. *Forsch Komplementmed.* 2006; 13 (6): 356-361.
- 10) Carruzzo P, Graz B, Rodondi PY, et al. Offer and use of complementary and alternative medicine in hospitals of the French-speaking part of Switzerland. *Swiss Med Wkly.* 2013; 143: w13756. doi:10.4414/smw.2013.13756 accessed on Jan. 18 2014.
- 11) National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM), last update May 2013. <http://nccam.nih.gov/health/whatiscam> Jan. 18 2014 アクセス.

Massage, Manual Therapy, and Complementary and Alternative Medicine in Baden, a Swiss Hot Spring Town

Nozomi DONOYAMA¹⁾, Sachie SUOH¹⁾, Norio OHKOSHI²⁾

Abstract

On December 11, 2013, we visited Baden, a hot spring town in Switzerland. The natural hot spring water at Baden contains sulfur, is 46.5 °C with a pH of 6.43, and is used in both drinking and bathing therapies. In addition to the hot spring, the hotel spa contains a massage parlor for medical massage, relaxing massage, cosmetic massage, or various other types of massage. Previous studies have reported a preference in about half the Swiss population for hospitals that offer complementary and alternative medicine. Also, acupuncture, manual therapy, and massage are frequently used in such facilities. Medical Center Baden has both a medical department and a therapeutic department. In the medical department, medical doctors practice manual medicine (*manuelle Medizin*) and in the therapeutic department, physical therapists (*Physiotherapeuten*) practice various kinds of physical therapy (*Physiotherapie*) such as manual therapy (*manuelle Therapie*), kinetics (*funktionelle Bewegungslehre*), biomechanics, respiratory therapy, proprioceptive neuromuscular facilitation, and electrotherapy/ultrasound. Medical massage therapists (*medizinische Masseur*) in the therapeutic department practice various kinds of massage including classic massage, manipulative massage, reflexology, connective tissue massage, manual lymphatic drainage, and *Fango* (a type of pelotherapy). These divisions indicate that the practices of massage and manual therapy in German-speaking Switzerland are sorted and named individually by the stimulated anatomical tissue and by type of functional and physical stimulation. In contrast, Japanese manual therapy, *Anma* massage therapy is holistic and based on the patient's subjective physical and mental state. These are characteristic features of Eastern Asian medicine, which tends toward whole-body, individualized treatments.

Keywords: Baden, massage, manual medicine/therapy, complementary and alternative medicine, *Anma* massage therapy

1) Course of Acupuncture and Moxibustion, Department of Health, Faculty of Health Sciences, Tsukuba University of Technology
4-12-7 Kasuga, Tsukuba, Ibaraki 305-8521, Japan
TEL: +81-29-858-9631

2) Neurology, Department of Health, Faculty of Health Sciences, Tsukuba University of Technology