

13. アニマルセラピスト

大日向 潔

(NPO 法人 日本アニマルセラピー協会統括本部, アニマルセラピスト)

はじめに

近年、わが国においてもアニマルセラピーという言葉が徐々に広まりつつあり、マスコミなどで取り上げられる機会も増加の一途をたどっている。しかし、まだまだ一般には、アニマルセラピーとは、「犬と触れ合い、癒される活動」という認識しか浸透していないのが現状である。

こうした中、NPO 法人日本アニマルセラピー協会では、病院などへの訪問活動をいち早く実践し、医療現場でのアニマルセラピーの浸透に取り組んできた。

アニマルセラピーの歴史と分類

① 海外の歴史

アニマルセラピーは、古代ギリシャ・ローマにおいて、負傷した兵士に馬を用いたりハビリテーションを行う障がい者乗馬が始まりといわれている。その後、海外においては現在に至るまで、馬のみならずイルカや鳥を用いたアニマルセラピーなども行われているが、人類にとって最も身近な動物である犬を用いたアニマルセラピーは、近代になってから本格的にスタートした。そのいずれもが、医療の専門家が治療の補助として動物を用いた活動としての発達であった。

② わが国の歴史

一方、わが国においては、動物に対する考え方の相違から、治療行為としてのアニマルセラピーは、20 世紀末期に至るまでほとんど発達しなかった。このため、現在わが国では、アニマルセラピー活動を以下の通り分類し、活動内容のレベル

を設定している。

- 1) animal assisted activity (AAA) : 動物介在活動
動物がいろいろな活動の手助け・協力をするレベル。高齢者施設の訪問など。
- 2) animal assisted education (AAE) : 動物介在教育
動物が教師などを通して子どもたちの教育の手助けをするレベル。教育機関への訪問など。
- 3) animal assisted therapy (AAT) : 動物介在療法
動物が医療の専門家を通して患者の機能向上の手助けをするレベル。医療機関への訪問など。

このうち海外においては、ほとんどが動物介在療法、AAT のレベルで実施されている。すなわち、アニマルセラピーとは、therapy の言葉通り動物を介在とした治療・療法のことなのである。しかし、わが国では、アニマルセラピーは現在でも動物介在活動 (AAA) である高齢者施設訪問が中心である。

アニマルセラピーの治療効果

アニマルセラピーがなぜ治療に有効なのかは、これまでよく分かっていなかったが、その効果はデータでは証明されている。ペットを飼育している人は、していない人と比較して、以下のデータが得られている。

①年間 20% 前後病院に行く回数が減った (Headey B, F Na Zheng らの研究による)。

②心臓疾患の患者では、犬の飼育者の生存率が、飼育していない患者に比べ 3 倍高い (Friedmann らの研究による)。

また、アニマルセラピーの治療効果については、最近注目されている安らぎのホルモン「オキシトシン」の分泌が、動物と触れ合うことにより

活性化されることが要因といわれている（太田光明の研究による）。

ホスピス緩和ケアへの アニマルセラピーの導入

① ホスピス緩和ケアでのアニマルセラピーの 開始

わが国では発達途上であった動物介在療法（AAT）であったが、近年の緩和ケア医療の発達に伴い、ホスピス緩和ケアの分野でも、アニマルセラピー導入検討の機運が動き始めた。

そして、NPO 法人日本アニマルセラピー協会は、2013年6月から国立病院機構岩国医療センターの緩和ケアセンターでのアニマルセラピー活動を開始、ホスピス緩和ケアが本格始動した。

② 病院側の導入目的

終末期がん患者が動物と触れ合うことによって、精神的・肉体的苦痛を緩和し、QOLの向上を目指す。

③ 具体的導入方法

受け入れる側の病院では初めての試みであり、多くの議論を重ねた。その結果、以下の内容で活動を開始した。

●セラピードッグ3頭が、アニマルセラピスト（動物介在活動師）と共に月2回、1日1時間のペースで訪問し、デイルームや病棟で、入院中の皆さんと自由に触れ合っていた。

●訪問する犬は以下の3頭で、いずれも日本アニマルセラピー協会認定のセラピードッグとする。

①ボルゾイ：オス（ロシア原産の大型犬）

②ゴールデンレトリバー：オス（イギリス原産の大型犬）

③バセットハウンド：メス（イギリス原産の中型犬）

老人ホームなどでのアニマルセラピー活動は、小型犬（チワワやマルチーズなど）をアニマルセラピストが利用者の膝の上に載せて触れ合っていたがパターンが多いが、本件の中・大型犬を患者さんの足元などに寄りつかせる形となっ

I. ホスピス緩和ケアを支える専門家・サポーター

ている。この方が、触れ合う方の、体力的負担が少ないとみられる。

その後、1年数カ月が経過したが、現在も緩和ケア病棟での活動は継続中で、患者・病院側からも好評の内に受け入れられている。また、2014年7月からは、徳山中央病院においてもアニマルセラピー導入を開始、月1回の訪問活動を実施している。

アニマルセラピー導入後の変化と効果

導入後に生の声を伺ったが、その反応は大きく以下の6点に分類できた。

① 苦痛からの解放

「痛みが和らいだ」「痛みがなくなった」

3回目の訪問時に伺った感想であったが、繰り返し犬を触ることによって、苦痛から解放される効果が確認された。さらには、麻痺側を動かし、犬を触ろうとする動作もみられるなど、症状改善にも繋がっていることも、確認された。これらは、犬を触ることにより、いわゆるゲートコントロールと、前述のオキシトシン効果の双方の機能が働いたものと考えられる。

② 癒しの時間

「犬は癒されるね。気分転換になった。入院生活は退屈だったが、犬が来ることによって楽しみができた」

不安や抑うつを抱えた状態で、犬の温もりを通して、安心感やリラクゼーションをもたらすことが、確認できた。

③ 過去の回想

「数十年ぶりに犬に触った」「昔、犬を飼っていた」「50年ぶりに、犬を抱っこした」

過去を思い出すきっかけとなり、自分の人生を振り返る場へと繋がった。

④ 喜びの表出

「私のところへ犬が来てくれて、本当に嬉しかった。犬を飼ったことはないけれど、犬はいいね」

犬を通して、患者が素直に喜びを表出できるよ

うになった。

⑤ 幸福の希求

「久しぶりに犬に触れて、とても幸せ。犬に触って、パワーをもらった感じがする」

喜びをもたらし、生きる意欲を高め、生活の満足感に繋がった。

⑥ 楽しみと希望

「今度はいつ来るの？また会いたいな」「また来てね。かわいかった」

次もまた犬と会いたいという希望を見出し、生きる意味やきっかけを感じ取るようになった。また、犬と一緒に撮った写真を眺め、不眠改善に努めているケースもみられた。

このように、アニマルセラピー導入後の患者の反応は「苦痛からの解放」「癒しの時間」「過去の回想」「喜びの表出」「幸福の希求」「希望と喜び」の6点のカテゴリーに分類されるが、その効果は「アニマルセラピーは、精神的・肉体的苦痛の緩和が図れ、さらにはQOLの維持・向上に繋がる」ということである。

ホスピス緩和ケアへの動物介在療法(AAT)導入の現状と課題

わが国において、アニマルセラピーの本来の目的である動物介在療法(AAT)は、小児科病院などではすでに導入されているが、ホスピス緩和ケアの分野では始まったばかりである。そこには、多くの克服すべき課題が残されている。

① 緩和ケア病棟の受け入れ体制

そもそも、外部から動物を病院内に受け入れることは、これまでの日本では考えられなかったことで、現在でも病院側の抵抗感は根強いと思われる。

まず、犬を病院内に入れることへの抵抗感である。病院という性質上、衛生面、特に感染症に対する警戒感は強い。

次に、犬嫌いの人の存在である。病院スタッフ、入院者とも、わが国では犬嫌いの人はまだまだ多い。

さらに、海外と日本との犬に対する認識の相違である。わが国では、犬を室内で飼育する習慣自体、比較的最近のことである。これは、長い間、犬を単なる番犬として扱ってきたわが国と、犬を牧羊犬などのパートナーとして扱ってきた海外との意識の違いによるものと考えられる。

これらの問題は、わが国において動物介在療法(AAT)が浸透するうえでの、大きなネックとなっている。

② まだまだ足りないアニマルセラピストとセラピードッグ

セラピードッグを扱うアニマルセラピストも、わが国では非常に不足している。特に動物介在療法(AAT)を実施することの可能な上級者は、NPO法人日本アニマルセラピー協会においても、2桁を数える程度である。

同時に、セラピードッグ自体も非常に不足している。セラピードッグの育成には、大型犬では最低3年間、小型犬でも最低2年間を要するうえに、そこには多くの費用と労力が必要となる。しかし、わが国ではセラピードッグに対する認知度はまだまだ低く、育成への十分な体制がとれていない状況である。

ホスピス緩和ケアでのアニマルセラピー実践の見通し

このように、克服すべき課題が山積のホスピス緩和ケアへのアニマルセラピー導入であるが、国立病院機構岩国医療センターの2013年の導入から、その歩みは確実に進み始めている。同時に、前述のように、実践にあたっての手順や課題も明確になりつつある。特に、アニマルセラピー導入によって得られた6点の効果は、アニマルセラピーがホスピス緩和ケアにおいて最も有効な方法のひとつであることを浮き彫りにしている。一方、日本人の犬に対する考え方も、近年、急激に変化しており、動物介在療法(AAT)の浸透は、近い将来確実なものとなろう。

アニマルセラピー導入が、1名でも多くの方のQOL向上に繋がることを、願うものである。