



柳原 延章 (やなぎはらのぶゆき)

医学博士。1974年岐阜薬科大学卒業、大阪大学大学院薬学研究科修士課程、徳島大学大学院医学研究科博士課程。産業医科大学医学部薬理学教授・同大学副学長を経て2017年3月に定年退職。現在、産業医科大学名誉教授。自律神経バランス協会理事長。自律神経バランス研究所所長。同研究所内の自律神経未病ラボ&漢方ラボにて地域住民の健康相談、お薬相談、自律神経バランス測定、漢方薬相談等にて活動中。

自律神経バランス研究所
福岡県遠賀郡岡垣町めが塚 725-2
https://jiritu-shinkei.com
*LINEによる相談受付



- ★柳原先生の寄稿コーナー「身のまわりの薬あれこれ」▶▶▶ P●●●
- ★自律神経バランス測定セミナーのご案内 ▶▶▶ P●●●



邵輝 (しょうき Shaw Kea)

医学博士 / 薬膳料理研究家。1984年北京中医药大学医学部卒業(専門は小児科)。1988年大阪大学微生物研究所でウイルス免疫学を研究。1992年大阪大学にて医学博士号取得。専門分野は、鍼灸、漢方、ウイルス免疫学、遺伝子学、予防医学。東洋医学の可能性を予防医学の観点から追求する。米国生殖医学会会員。

- ★邵先生の寄稿コーナー「RETREAT YOJO」▶▶▶ P●●●

柳原 はい、そのとらえ方で良いと思います。邵 未病治推進のためにも、自身のその時々、ウエルビーイングな状態を認識できるこのソフトは、もっと広く活用されて欲しいと思います。柳原 この測定法が保険適用外だったため、臨床現場で普及しづらかったというのがあります。また、この測定結果にはある程度の誤差や変動が見られ、その部分のフォロワーも必要です。——それでしたらますます、医療や療業の方々にはこの測定ソフトについて正しく学んでもらう機会を増やさねばなりませんね。邵 これを活用されている鍼灸の先生を存じ上げていますが、話を聞くと凄く患者さんの満足度が高いようです。そういう事例が表に出てこないのは惜しいことです。——まずは患者側にも、このようなソフトの存

在を知って欲しいです。今の時代、人は皆激しいストレスに苛まれて生きていますから。患者側の「自分の自律神経の状態を知りたい」という需要を発掘できれば、治療や施術を提供する側もそれに応える動きになっていくのでは。邵 このスコアになったら仕事を休みましょうというふうな、そういう防止策としてもこの測定ソフトは活かせるのではないのでしょうか。これまではどうやって広めておられたのですか？柳原 自律神経バランスカウンセラー認定の講義と実習を含む講習会(有料、半日コース)を開催して広めてきたというのが、これまでの展開です。——まずは自律神経バランス測定の存在を知っていただきたいので、セミナーイベントをコラボいたしました。同時進行でアプリとしてソ

先生の松節の場合はおもしろかったですね。自律神経薬理学的に松節がどう影響を導くのかをこのソフトで調べたことがあるんです。被験者さんたちを二つのグループに分けて、一つのグループには松節成分の粉末を、もう一つのグループには特に薬理活性の無い乳糖を、それぞれどちらを服用したのか分からないようにして飲んでもらいます。そしてそれぞれ15分ずつ4回計算をもらってストレスを与えたら、自律神経のバランスがどう変化するのか。乳糖グループでは交感神経の二つのパラメータが上昇しました。ところが松節グループではその上昇がきれいに抑えられていたんです。——凄いですね！自律神経バランスを整えるための方法として、植物の有用成分活用の可能性を、この測定で探っていくわけですね。柳原 そして病気になる前に生活習慣改善等を行って予防する「未病治」にも、大いに役立てられるのではないかと思います。

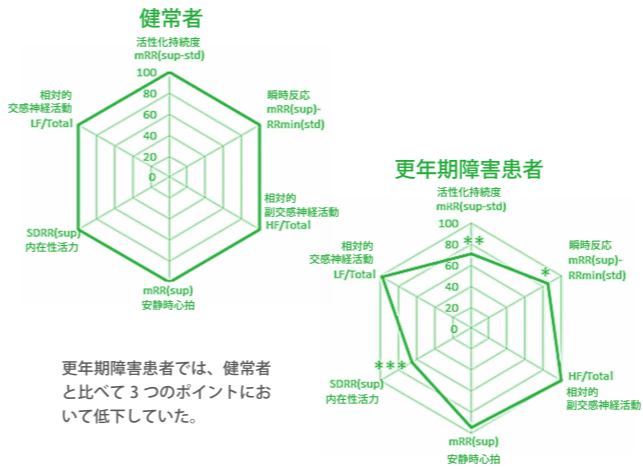
自律神経バランス測定でウエルビーイングな人生を

小誌としては、ウエルビーイングを導く要素の「見える化」を推進していますが、「自律神経バランスが整っている」ウエルビーイング」というとらえ方で良いですよ。

また、大人の健康管理だけではなく、子どもの療育支援もできるのではないのでしょうか。発達障害、大人顔負けのプレッシャー、人間関係の悩み等々、子どもたちを取り巻く状況も過酷さとストレスに満ちていますから。自律神経バランス測定は、今後さらに発展的に求められてゆく領域だと思います。柳原先生、邵先生、本日は誠にありがとうございました。

原因としてノイズ(測定する心電以外の振動や、他の電子機器の電磁波などからの影響)の問題があり、測定中には高さとノイズレベルを常に注意しながら目で見て聞値レベルを調節する必要があります。さらに、患者の臨床症状と自律神経バランス状態が必ずしも一致しない場合もある。その時には何故そうなのか説明も必要となる。

自律神経バランスを示す六角形のレーダーチャート (Yanagihara N., et al., Menopause 21: 669-672, 2014 を改変)



更年期障害患者では、健康者と比べて3つのポイントにおいて低下していた。

チャートとして表示します。レーダーチャートの6項目のうち上半分の3つの項目が交感神経を、下半分の3つの項目が副交感神経の指標として表示されるんです。このチャートを平均基準値と比較することにより、その人のバランス状態が一目で判断されるわけです。——自律神経バランスの「見える化」ですね。

柳原 はい、自律神経症状に関する治療では、患者さんの訴えと医療者の主観によるところが大きかったです。しかし実際に自律神経バランスを測定することで客観的なバランス状態が可視化されます。その結果、医療者側だけでなく患者さん側も治療効果を見える形で実感できるので、治療に対してより積極的になれる。

自律神経バランス測定から広がる未病治の可能性

邵 これは代替医療(鍼灸、整骨、マッサージ、アロマ等)の領域でも応用できます。患者さんの自律神経バランスが、施術前と施術後ではどのように変化しているかが分るので、施術効果の指標の一つになります。

柳原 そうですね、代替医療においても同様です。自律神経症状は多岐多様に渡り、医療者に熟達や経験的知識が求められますが、自律神経バランス測定の結果を見ながらなら患者さんの状態をわかりやすく説明できると思います。それに効果が単に「見える」というより「数値として示せる」ことが重要なのだと思います。——ところで自律神経症状に対する処方方は？

大概、生活習慣見直しのアドバイスや：柳原 あとは対処療法的な投薬がなされているのではないのでしょうか。

邵 けれど、こうして臨床現場で自律神経バランスが数値化されれば、施術や投薬が自律神経に及ぼした影響を数値で確認できますよね。柳原 そうですね。例えば、最初に話の出た邵

*⑤: 国立研究開発法人新エネルギー・産業技術総合開発機構
*⑥: 心拍のゆらぎかどんな周波数成分で構成されているかに着目した解析法
*⑦: 血液を送り出す役割の「心室」が収縮する周期。ちなみに「心拍数」とは心室が1分間に収縮する回数