

「トロンボーンが吹けない楽器イップス」



カイロプラティックセラピスト 三浦 光雄

菊地 光雄 B.C.S.C

「はじめに」

「イップスは精神的な原因によりスポーツの動作に支障をきたし、自分の思い通りのプレーができなくなる運動障害のことである」(ウィキペディア)

イップスはゴルフや野球で有名だが、ピアノなど楽器演奏する際にも起きる。イップスの治療法は確立されていないので早期回復は困難である。野球はポジションの変更、ゴルフはポジションの矯正などハード面のアプローチで改善を試みるが思うようにならない。

今回の症例は心身条件反射療法(以下PCRT)で「潜在的な自分」と「意識的な自分」にスポットを当て早期改善した報告である。

【患者】

女性 37才 主婦

【主訴】

トロンボーンが吹けない

【病歴】

10月頃よりトロンボーンが吹けなくなる。

【症状】

マウスに合わせて唇をコントロール出来ない。長く呼吸ができない。
呼吸障害や唇運動障害が機能障害か病的障害なのか脳神経学検査を行う。検査は三叉神経、顔面神経、舌咽神経、舌下神経を行った。顔の症状、舌運動全て陰性。通常の深呼吸陰性。

吹けない↓感情 不安↓質問「何が不安なんですか？」(音楽家として周りの目がきになる自分) 不安が明確になる。

「不安」や「恐れ」の感情は「何に対して不安・恐れ」なのか明確に認識できないことが「不安・恐れ」を増幅していることが多い。コーチングで「何にが不安」なのか明確になり認識でき、潜在的なもう一人の自分を発見できる。調整後は表情が緩み会話にも「吹けそうになってきた」という言葉が出てきた。

【5回目施術の流れ】

音楽家として周りの目が気になる↓陰性
吹けない↓感情・意欲、劣等

5回目の来院時の検査で「不安」は陰性。再度「吹けない」で陽性。感情で「意欲」劣等のように上手くないといとダメで陽性。「べきだ」ではなければダメだ「は意志的感情で「信念」や「思い込み」が影響している。調整は緊張パターンとリラククスパターンで調整する。リラククスパターンを見つけるのにコーチングで質問して気づいてもらう。

緊張パターンは「技術で練習」、リラククスパターンは「感性で練習」で調整する。調整後に「吹けない」症状をイメージしてもらい、陰性が確認できた。実際にマウスピースを吹いても長い呼吸、唇の感覚動きは正常に戻る。

【6回目施術の流れ】

来院時に症状の確認をする。実際にトロンボーンを吹いても以前のように吹ける。5回目までの総チェックをして確認する。全て陰性反応。音が出せるように吹くことができたので6回目からはレベルアップのメンタルブロックをチェックして技術的、精神的にも向上

するような調整を行っている。

【考察】

イップスは精神的影響で身体運動障害を引き起こすと言われているが、精神的影響が身体動作の障害を引き起こすメカニズムは解明されていない。

メカニズムを考えるとすれば、身体動作は随運動と不随運動の協調性である。また「意識」と「無意識」の協調性でもある。行動計画は意識的に意図され、行動計画を起すための身体動作は無意識的な反射系で動く。

例えば、目的地に行く「行動計画」は意識で、「歩行動作」は無意識(反射)である。歩行動作の四肢の関節運動は主動筋と拮抗筋の相反神経支配である。この相反神経は無意識(反射)の状態で正常に働き、ここに意識が関与すると相反神経支配は機能異常を起こして、主動筋と拮抗筋が同時に収縮を起こす「共縮」という現象が起きる。「共縮」現象時には関節運動は機能しなくなり、身体動作は遂行できない。

スポーツや楽器演奏で「OBを出さない」「見られない」「負けたら優勝できない」「上手く吹こう」など意識が働く相反神経支配の協調性が乱れて「共縮」現象が起き、身体動作が思うように動かなくなり「イップス」が起きると推測される。

「勝ちを意識しない」などよく言われるが、幾度となく繰り返される緊張場面で学習記憶され、意識レベルに想起して大事な場面やここぞという時に「脳の誤作動」のスイッチが作動すると考えられる。
イップス治療は確立されていないが、PCRTで「心と身体」「脳の誤作動」の関係性から見ると特別な障害ではない。