

シュタイナーの湿布療法（その2）

——オイルクロス（精油を滲み込ませた布）を使った湿布療法の基本技術とその処方——

伊藤 良子

以下は、「Monika Fingado（2001）, Therapeutische Wickel und Kompressen, Natura Verlag」より、著者と出版社の許諾を得て一部を訳出したものである。《二重カッコ内》は訳者注。

I. オイルクロス

オイル《ここでは、「キャリアオイルにエッセンシャルオイルを数%～数10%の割合で混入したもの」を指す》を浸透させたクロス《木綿製のやや薄手の布》を温めて、暖かい小さな保温用のクッションと一緒に皮膚に当て、数時間以上貼用します。

1) 治療領域

この形のオイルを使った治療は、オイルを数時間以上、柔らかい暖かきで作用させたい時に選択される。ヴェーグマン・ハウシュカ式リズムオイリング《rhythmische Einreibung nach Wegman Hauschka》によって、身体に活動性を与えるのが望ましくない場合の疼痛部位や、触れることに過敏になっているような部位に特に適している。

オイルクロスはマイルドな温かきをもたらす、最も好ましく快い手当ての中の一つである。また家庭でクライアントが自分で簡単に行なうこともできる。

私達は多種類のオイルを扱うが、どれも自然界にある《人工でない》脂肪分の多いオイルをキャリアオイルとして使用している。例えば、オリーブオイル、アーモンドオイル、ピーナッツオイルなどを用い、そこに様々な濃度《本章で述べる濃度を基本とする》になるようにエッセンシャルオイルを加えて使用している。

2) 作用

植物によって太陽の熱から形成され脂肪分に富むオイルは、熱が物質化したものであり、この熱を長時間にわたって放出することができる。このことによってオイルクロスは優しい温かいマントを形成し、慢性的に冷えて硬化したプロセスを再び温め、それを通して治療に導くことができる。

また加えられている各種のエッセンシャルオイルの、そのハーブに特有な働きも作用することになる。

II. オイルクロス療法の実施方法

1) 実施時間

オイルクロスは殆どの場合、就寝前に貼用するが、症状の出現する時間帯によっては他の時間帯

にも実施することができる。

2) 禁 忌

- ・処方されたハーブやキャリアオイルへのアレルギー
- ・場合によっては：貼用部位の創傷や湿潤性のまたは炎症性の皮膚疾患

3) 必要物品

- ・処方されたオイル
- ・内布《オイルクロス用の木綿のやや薄手の布》：2重折りにして、貼用に必要な大きさにする。
- ・小さなビニール袋
- ・外布と安全ピン、もしくは適切な衣服
- ・内布より周囲が2～3cm大きめの、保温クッション
- ・湯たんぽ：暖かくまたは熱く準備したもの

4) 保温クッション

オイルクロスが暖かさをできるだけ長く保てるように、オイルクロスを保温クッションで覆う。それは吸湿性がなく、保温性と通気性のある材料で作る。

できれば除脂肪していない吸湿性のない綿花か羊毛を、同様に徐脂肪していない薄手の綿ガーゼか、綿包帯か、薄い布の中に入れて、縫う。もしくはテープで貼り合わせる。

5) オイルクロスの作り方

指定されたオイルを内布に、均一かつ十分に染み込ませる。初回は、布の繊維が乾いているためゆっくりと染み込むので、湯たんぽの上にビニール袋を置いて、その中に内布を入れそこにオイルを注ぐと良い。オイルを温めることで、布に薄く滲み込み易くする。その後、十分な量のオイルを継ぎ足す。

6) 準 備

貼用の度にオイルを少し足すと良い。オイルクロスはいつも十分にオイルを吸い、豊かなハーブの香りがしなければならぬ。処置の直前にオイルクロスにビニール袋を入れ、保温クッションと外布と一緒に、体温より1～2℃高く準備した湯たんぽの上で温める。温めるのに必要な時間は湯たんぽの温度によって変わる。貼用の際にクライアントにとって心地良い温かさでなくてはならない。

7) 注意事項

オイルクロスは温め過ぎてはならない。

温め過ぎると、オイルが酸化臭を持ちエッセンシャルオイルの変質を早める。

8) 実施方法

保温クッションと共にオイルクロスを患部へ置く。外布で覆い安全ピンで留める。
 オイルクロスの場合、オイルの熱の質が覆われてしまわない様に、通常湯たんぽを併用することはしない。

9) 持続時間

・1時間から数時間

この治療の間、クライアントが発汗しない様に十分注意する。

10) 後片付け

オイルクロスを取り除いた後の患部は、数時間布か衣服で覆い、風や冷却から守る。
 オイルクロスはビニール袋に入れ空気から遮断して保管する。でなければオイルが空気に触れて酸化臭を持ち、さらにはエッセンシャルオイルの揮発を招く。

オイルクロスは複数回使用可能である。香りが「美味しそうでなくなるまで」何度でも使える。
 クライアントの患部や肌の状態次第では毎日使用しても2～3週間使える。

11) 施行後の休息

15～30分

Ⅲ. 各種オイルクロスの処方

1) アイゼンフト（トリカブト）オイル：疼痛部位 （Oleum Aconitum nepellis 10%）

1) 作用

興奮した神経の沈静化

2) 治療領域

・神経刺激（例：神経痛：Neuralgie）、様々な部位の痛み

3) オイル布の大きさ：痛みに応じた大きさ

2) ユーカリオイル：膀胱領域 （Oleum Eucalypti 3%）

1) 作用

ユーカリオイルは患部を十分に温めることで膀胱筋肉の緊張をとり、リラックスさせ、さらに炎症を抑えるよう作用する

2) 治療領域

・急性膀胱炎、慢性膀胱炎（Cystitis）
 ・頻回の夜尿（Nykturie）を伴う神経性の膀胱過敏症

患者の希望に応じて、十分に暖かい湯たんぽを保温クッションの上に置く；こうすることでしばしば痛みや緊張が更に和らげられる。

③オイルクロスの大きさ：15×20cm

3) カミレオイル：腹部領域 (Oleum Cahamomilla 10%)

《10%濃度のオイルの作り方：5 mlのキャリアオイルに、10滴のカミレ・エッセンシャルオイルを加える》

①作用

十分に温め、緊張を解く。

②治療領域

- ・胃腸領域の緊張性疼痛
- ・夜間の神経性の不安
- ・月経前緊張症

③オイルクロスの大きさ：約20×30cm

4) キャラウェイ (ヒメウイキョウ) オイル：腹部領域 (Oleum Carum carvi 10%)

①作用

キャラウェイシード (ヒメウイキョウの種子) オイルは緊張を解き、腸蠕動を促す

②治療領域

- ・鼓腸 (Meteorismus)
- ・胃腸領域の緊張

③オイルクロスの大きさ：約20×30cm

5) ラベンダーオイル：胸部領域 (Oleum Lavendulae 3%)

《3%濃度のオイルの作り方：5 mlのキャリアオイルに、3滴のラベンダー・エッセンシャルオイルを加える》

①作用

ラベンダーは柔らかい熱を与え、過度に緊張した神経を鎮め、弛緩し調和するよう作用する

②治療領域

- ・強い咳漱刺激を伴った気管支炎

- ・肺炎の全治促進（特に小児に適している）

- ・頻回の咳嗽による、肋骨領域の疼痛

- ・痙攣性の気管支炎

如何なる種類の症状でも、気管支や疼痛のある肋骨部位、または胸部全体を巻くように貼用できる。

3 オイルクロスの大きさ：貼用部位の大きさに応じたもの

6) ソルム・ウリギノズムオイル：背中，頸部，肩

このオイルは泥土抽出物（Solum uliginosum）、栗（Aesculus）、スギナ（Equisetum arvense）、ラベンダーオイル（Lavandula）を含む。

1 作 用

心地よく包み込むような熱を伝達することにより、鎮静とリラックスの作用をもたらす。

2 治療領域

- ・腰痛（Lumbago）のような痛みを伴う筋肉の張り、慢性的疼痛状態

- ・椎間板ヘルニア（Diskushernie）や坐骨神経痛のような神経痛（Neuralgien）

3 オイルクロスの大きさ：背中へは痛みに応じて20×30cm程度。

頸部、肩には20×60cm程度。

このオイルクロスは頸部、肩領域から上腕中央部まで当てる。図1. に示したような外布を使うことで、クライアントの動きの自由を妨げ過ぎることなく、かつしっかりと留める事が出来る。

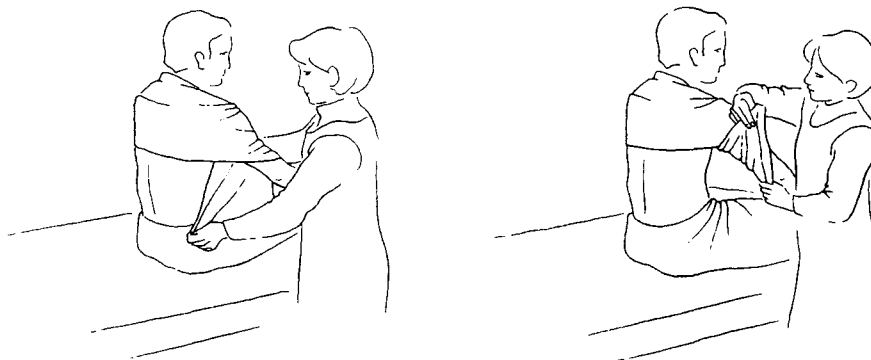


図1. 頸部・肩・上腕領域での外布の使い方