

## 第2分科会

## 第2分科会：生きがいと美容、自己実現

## 三浦一秀 氏：医療法人古賀医院あさひクリニック院長

ジェロントロジーとはシニアが主役で年齢の重ね方を研究する学問です。また、健康であり続けるための医学として研究されています。様々な分野に分れている中で、美容医学と言うものがどう位置づけされているのかについて理解して頂けるとよいでしょう。今まで高齢化社会になってくると言われていますが、年齢で組み分けると成人・老人・高齢者と分れています。そこに「成熟期」と入れることで45～54歳に分けられることができます。75歳以上を高齢者という括りにしています。同じシニアでも世代で分けることができます。今までは手術は高齢になると怖いと思われていましたが、現在では70歳でも不安がなく、90歳くらいになると少し危ないと思われるような時代になったのです。

美容外科とは、昭和23年にできたものです。はじめは、戦争で傷ついた人を治療する目的で行われていたのです。また、この辺りが団塊世代の誕生です。美容外科の中で心療外科というものがあります。ここでは、心療内科と同様な内容であり、患者さんと要望や方法を話し合う時間を持つ場所となっています。美容整形を行うには健康でなくてはなりません。綺麗というものは健康の入り口であると考えます。綺麗とは、健康の印であるデータから読みとれます。

アンチエイジングとは健康を維持するという意味で若々しいという意味でも用いられます。心も身体も綺麗だと同じ年齢でも若く見えます。そのことから、アンチエイジングと並行しているということがいえるのです。

最近美容外科では、スキンケアとしてシミ・しわ・たるみを改善し、ボディケアは脂肪吸引を行っています。目を変えるだけで印象が変わり、若く見えるのです。一番早く若く見せるためには目のたるみを取ることであります。目のたるみを取るには簡単な治療で、3～4ヶ月間持続するそうです。これは、女性が一番最初に行う美容整形でもあり美容外科には、若い人より、40代の人が多く来院します。子育てが落ち着いたので、温泉に行きたいが身体にコンプレックスがあり行けないため訪れる患者が多いのです。私が訪れた患者さんに必ず聞くことは

## 野澤桂子 氏：山野美容芸術短期大学教授

高齢者と美容に関する研究の現状について述べます。

1つ目は、最近のアンチエイジングと美容外科による論文の発表のことで、認知症高齢者に対する化粧の慣用研究が非常に多くあります。しかし、健康高齢者に対しては少ないのです。

2つ目は、美容ケアの効果がある程度の事例で検証され、評価できるくらいになっています。化粧情報の歴史にも重なる高齢者に対する化粧研究について話していきたいと思えます。1980年代に入って精神疾患に対する化粧をするという研究が始まりました。例えばうつ病や痴ほう症患者を対象に行ったのです。体面的なものだけでなく、内面的な精神的なものに対する患者に対して化粧を導入していきこうと考えたのです。この目的は、自分への関心が薄くなっている患者に対して関心を持たせることや、認知の歪みを修正することが目的です。積極的にその人に触れたり、言語・非言語の関わりを通じて関心を回復させることが大きな目的と述べています。

なぜ、化粧を用いるのか。それは、化粧というのは五感のうち味覚以外を刺激するためであります。また、安心安全であったり、親しみやすさから化粧を用いたのです。他にも、人間の本質を活かすためであったり、受身であっても徐々に能動的な習慣を身につけることができると考えたからです。以上の点から化粧には多くのメリットがあると思われ、導入したのです。しかし、化粧は、いつでも誰でも平気であるとはいえません。禁止事項がある人や、自分の変化に気がつかない協同認知ができない人は化粧よりも、目に見えるネイルやマッサージが有効です。実施内容や期間もその人に合わせて行うことが良いのです。

高齢者に化粧を行うことは「心のリハビリ」程度に考えてほしいと思えます。気を引き締める効果とリラックスする二つの効果があります。認知症患者の若い時代は、化粧をすることは大人の証拠であり、その頃を思い出させるようにするのも効果の一つです。認知症高齢者に一般的な調査方法のアンケートを行うことは難しいので、様々な方法で行って調査をした結果、血中に大きな変化が出たのです。近年、化粧のみでなくその他のことも組み合わせた複合的なプログラムも取り入れられています。それは、集中力の短い患者には一つのことを長時間行うことは困難であったり、心身ともに動かした方が効果あると考えられたためです。

認知症高齢者の研究は日本が進んでいます。10年後には単純に化粧をすることで効果があるということは無くなっていくと考えられます。そうすると、心理療法の補助スキルや複合的プログラムの一部や美容のテクニックなど今とは異なった形で残っていくだろうと考えられています。逆に、今まで認知症高齢者を重点的に調査対象としていたため、健康高齢者の化粧療法の研究が進んでいないのです。美容行動に関するライフスタイルが確立されているためです。今後健康生きがい学会は健康高齢者の地域交流や世代間交流の活性化が求められると思います。

「誰の為に美容整形をするのか」ということです。しかし、パートナーのためにするのならやめることを勧めます。自分のためにするのなら勧めます。自分のよいタイミングで後悔しないために行って欲しいと思うからです。

美容外科医としてアンチエイジングについて話しましたが、4～5年で美容革命が進んでいきます。毛根移植療法やホルモン補充法が注目されていくと思えます。

学会的にいうと、1人称とは自分の為に綺麗になることであり、2人称とは特定の人の為に綺麗になると言うことです。

この講演をまとめると、ジェロントロジー1つの学問であり、またビタミンCの注射を通常より多くすることで、身体が楽になったり、がん細胞に効くと言うことが分かりました。アメリカでは1万人以上の方がビタミンCによる化学療法を行っています。他にも、足裏を測定します。そうすることで、お年寄りの重心のずれや傾きを直すようにすることで転倒を防ぐことができるのです。博識内視鏡で胃や腸を見ることで胃から十二指腸までの時間を見ることができるようになりました。その結果、私たちの予想以上に早く通過することが分かったのです。早く流れることで、血糖値の上昇を防ぐ効果があります。しかし、ドーパミンを投与することで血糖値が上昇し、脈拍が速くなって冷や汗が出たり、状態の悪化につながります。状態をわかりやすくするために胃と小腸を繋げる手術を行うと同じような事が起こります。これから4～5年経つと美容整形が主流になります。

これからの健康高齢者の介護予防について、高齢者が自分のために美容プログラムに参加することや、他人にサービスを行うために美容プログラムに参加することで、社会貢献や生きがいづくりに結び付くと考えられます。また、認知症高齢者の生活予防の観点では活動を通して自分を確立し、社会との接点を持って生きがいにつながると考えています。この分野は、一般的に美しいかどうかは問題ではなく、身体に不自由があってもおしゃべりをしたい時に自由に行えたり、多様性を認める社会を作らなければならないのです。

実際に山野美容芸術短期大学横に「ケアサロン」があり、そこで男女問わずに学生の実習もかねて美容プログラムを実施しています。男性のスキンケアや寝たきりの患者にシャンプーやカットを行うことをしています。美容プログラム終了後に高齢者の方とお茶会を開き、地域交流をはかっています。これが理想の社会ではないかと私は思います。また、私たちの目指す社会は、健康の時だけでなく生涯をその人らしく豊かに生きる社会づくりです。

