

平成15年12月19日提出

「アレルギー性鼻炎とその発症に関わる夢との関連」

氏名 石元千春 16期生

要旨：

花粉症を含め、アレルギー性鼻炎の発症には、後述のように肥満細胞（＝マスト細胞）の働きが大きく関与しており、肥満細胞とは通常好中球と同じ様に血管壁に接着している。

{1} 肥満細胞は単に末梢組織中で即時型（I型）のアレルギーを引き起こす原因細胞として機能しているのではなく、個体の免疫機構の最前線において異物のセンサーとして働き、その後の免疫応答を効果的に駆動する大切な役割をもっているとされている。 {2}

このような役割を持つ肥満細胞は神経接合部にあるので {1}、交感神経緊張状態にあり血管収縮の起きやすい環境下では肥満細胞は流出しやすいのではないかと考えられる。ここで注目すべきことは、交感神経を緊張させる要因のひとつに、精神的ストレスがあげられることである。とは言っても、精神的ストレスの感じ方は個々人で違ってくる。

こういった視点からみていくと、肥満細胞の働きが大きく関与するI型アレルギーの発症には、ライフスタイル（その人の特徴）の一部にもしかすると共通点が見られるのではないかという可能性が考えられる。人生、実生活においてどんな目標を持ち、どのような行動をとり、どういった感情を多用することで他者とのつながりを維持しているのかという点である。アドラー心理学において、古い記憶と夢がその個人の最も単純な根本的思想（ライフスタイル）を示すといわれている。

そこで、I型アレルギーのひとつであるアレルギー性鼻炎患者のライフスタイルに共通性がないか、今回は私の興味を強くひいている「夢」というものを通して研究していくことにした。

緒言：

I型アレルギーと言っても、アナフィラキシー、薬物アレルギー、じんましん、食餌アレルギー、そしてアレルギー性鼻炎などがあげられる。{3} どれも発症において精神的面の関与は否定できないと思うが、アナフィラキシーを取り上げるには症状が重篤であるしアンケートの実施も困難だと考えられ、その他の疾患も病院での協力は守秘義務があるため難しいのでと大体が断られてしまった。

そこで医師に診断もされていて、私の環境の周囲で数多く悩まされていたアレルギー性鼻炎なら比較的アンケートも回収しやすいのではないか、また今後アレルギー疾患に対する治療に何らかのプラスになりうるのではないかと考え、「アレルギー性鼻炎とその発症に関わる夢との関連」をテーマに研究していくことにした。

材料：

I : アレルギー性鼻炎について

まず、メインテーマのひとつであるアレルギー性鼻炎について述べよう。

概念としてはアレルギー反応によって起きる鼻症状のことをいう。症状が感冒（いわゆるカゼ）に類似しているため、しばしば感冒と混同される。アレルギー性鼻炎の際には、時にアレルギー性結膜炎やその他のアレルギー性症状を伴うことが多い。わが国では、それほど症状数は多くないようには考えられていたが、最近はかなり症例があり、人口の

10%前後に及ぶと考えられる。花粉症の検索が十分になされているアメリカでも全人口の10%強に、アレルギー性鼻炎がみられている。{3}

アレルギー性鼻炎とは

アレルギー性鼻炎とは急性鼻炎のひとつである。急性鼻炎の二大原因はウイルスとアレルギーとされており、ウイルス性のは副鼻腔炎・扁桃炎・咽頭炎などを合併することも多く、上気道感染または感冒と総称される。ウイルス感染のターゲットは粘膜上皮で、罹患粘膜は浮腫性肥厚、リンパ球・形質細胞の浸潤、充血を呈し、粘膜腺より多量の漿液や粘液が産生され、これをカタル性炎症と呼ぶ。{4} 粘膜の漿液性炎には多少とも粘液産生が亢進することが多いが、これは炎症刺激により粘液腺が刺激されたものと考えられる。形態的には、充血した粘膜の表面を粘液が覆った形を呈する。{5} 細菌感染が加わると、粘膜内また鼻汁中に好中球浸潤が顕著となる。{4}

そして、急性鼻炎の繰り返しにより粘膜の肥厚が可逆性に乏しくなった状態が慢性鼻炎である。粘膜の限局性肥厚が著しいものを鼻ポリープと呼び、頻度の高い病変である。組織学的には感染性・アレルギー性を問わず、粘膜間質の顕著な浮腫、一部の繊維化、粘液線の増加があり、種々の程度の慢性炎症細胞や好酸球の浸潤をみる。表面上皮は線毛上皮細胞を保持しているが、一部に扁平上皮化生を呈することもある。{4}

抗原

アレルギー性鼻炎の病因的抗原としては、吸入性抗原がもっとも重要である。吸入性抗原としては、室内塵、花粉、カビ類、絹、動物の毛垢、羽毛、昆虫の鱗粉など多彩である。

また、薬物、ソバ、小麦、アワビ、カニ、柑橘類などの食事性抗原、職業と関係のある木材（米杉などの揮発成分が重視されている）、マブシ、ホヤなども指摘されている。季節性に発症するのは花粉、通年性に発症するのは室内塵・食事性抗原などによるものが多い。{3}

病態生理と臨床症状

ここでアレルギー性鼻炎の病態生理と臨床症状をみていく。

これは主として、I型（アナフィラキシー型・即時型）のアレルギー反応によって発症する。肥満細胞や好塩基球のレセプターに結合した（主に）IgEに、多価抗原（アレルゲン）が結合すると、それがシグナルとなり細胞質内にある顆粒からヒスタミンやロイコトリエンなどが放出される。この反応により、血管透過性の亢進、粘液腺よりの分泌過多、好酸球浸潤を伴う粘膜下組織の増殖がみられるのである。なお、IgEの抗体産生は、アレルゲンに反応する主にTh2細胞の活性化によって産生されるIL-4により誘導される。また、IL-4は肥満細胞からも産生され、自らを活性化するかたわら、B細胞に対しIgE産生B細胞へのクラススイッチ組み換えを促進する。{6}

付け加えると、肥満細胞はさまざまな刺激により脱顆粒したりアラキドン酸代謝物を遊離するだけでなく、多くのサイトカインの転写・翻訳と遊離を行う。また、ある種のバクテリアの侵入に対して非特異的に脱顆粒を起こす。また少なくとも試験管内では、刺激によりCD40リガンドの発現を介してB細胞にIgE抗体産生を誘導できるという実験結果もある。{7}

解剖学的に肥満細胞はSP（サブスタンスP）含有無髄神経線維により密に囲まれている。SPは肥満細胞の脱顆粒を引き起こし、ヒスタミンを遊離する。このSPによる肥満細胞の活性化は、IgE抗体によるIgEレセプターを介するヒスタミン遊離とは異なり、細胞外Ca²⁺を必要とせず、またロイコトリエンC₄などの産生も少ない。

SPによる顆粒球の活性化は顆粒球上の接着分子の発現にも関与し、血管内皮細胞を介した接着・組織への浸潤に効果を発揮する。

ヒト皮膚肥満細胞は10⁻⁶M以上の濃度で血管作動性腸管ペプチド（VIP）とソマトスタチンに反応し、ヒスタミンを遊離する。一方、ソマトスタチンは、低濃度では粘膜型肥満細胞や好塩基球からのIgEを介したヒスタミン遊離を抑制することが知られている。{1}

これらの反応の結果として水様性鼻汁の増多（風邪などの感染症なら黄色の鼻汁となる：好中球の死骸）、くしゃみ、鼻粘膜の浮腫によっておきる鼻づまりなどの症状が主体として起こり、そのほか流涙、結膜の発赤と掻痒、時に眼瞼の腫脹もみられる。先程も述べたが結膜炎症状を随伴することもあるし、耳の痒いこともある。軽度な頭痛ないし頭重、全身倦怠感、易疲労性、冷感、時に顔のほてりなども認められる。また、鼻粘膜の蒼白性腫脹が特徴的である。{3}

経過と予後

多くは一過性であるが、通年性の吸入性抗原である室内塵などによる場合には、年間を通じて症状が持続することがある。花粉によって発症している場合には、毎年同じ開花季節に発症を繰り返すが、季節を過ぎると自然に症状は症退する。症状は一般に朝方に多い。とくに治療をしなくても何年かの経過ののち自然に治癒することもあるが、時に喘息に移行することがある。小児では成長発育とともに自然によくなることが少なくない。生命に関するような重篤な例はないと考えてよい。 {3}

血管収縮について

肥満細胞の遊離にも関与する血管収縮はというと、交感神経によって支配されている。交感神経性血管収縮線維（略して血管収縮線維）は、神経終末からノルアドレナリン（ノルエピネフリン）を放出し、血管平滑筋の $\alpha 1$ 受容体に作用して血管収縮を起こさせる。これは、全身の血管のうち、胎盤を除いた全てに分布している。血管の各部分については、血管収縮線維は、動脈・細動脈・前毛細血管括約筋・細静脈・静脈に広く分布しているが、毛細血管には分布していない。 {8}

精神的ストレスは交感神経を緊張させることになるので、血管収縮が起きやすく、つまり肥満細胞が遊離しやすい環境となってしまう可能性が示唆される。

II : 夢について

次にもうひとつのメインテーマ、夢についてであるが、その前にアドラー心理学（個人心理学）の基本的な概念を先に述べておく。

ライフスタイル

ここでいうライフスタイルとは生活様式という意とはまた違うもので、その個人の性格、その個人の特徴を指す。これは内外からの刺激に対する反応の仕方、つまりその個人のひとつのまとまった確固たる行動パターンのことで、ほぼ無意識の領域である。ライフスタイル形成に最も影響を与えるのは母親であり、それは5歳の終わりまでに形成される。夢をみることや記憶を思い出すことでライフスタイルは支持・強化されていくし、後で変更することも可能である。 {9}

三つのきずな

人間には食欲・性欲・集団欲という三大欲求があり、それらを満たすために仕事・仲間・性という三つのきずなをもつ社会がつけられたのである。そして人間が考慮しなけれ

ばならないのは、これらのきずなである。それらが、人間にとっての現実を作り上げており、人間が直面する全ての問題は、これらのきずなの方向にある。これらの問題は常に私たちに問いかけてくるので、常にこれらに答えていかなければならない。

第一のきずなとして、仕事があげられる。私たちは地球という星を居住の場とし、さまざまな可能性とともに何らかの制約をうけている。地球上での生活を継続し、肉体的にも精神的にも発展していくために仕事をするのである。

第二に、仲間である。自分だけが人類の成員ではない。周囲にはほかの人々がいるし、私たちは彼らとの交わりのなかで生きている。個々の人間はその弱さと諸限界のゆえに、自分の目標をひとりで達成することは出来ない。人間は、いつでも—自分自身の弱さや不完全性や限界のゆえに—他の人間に結びつけられている。彼個人の幸せのための、また人類の幸せのための最大の一步は、交わりである。

第三に性のきずな、分業である。個々人と共同体の生命維持、種の保存という目的のためには、男女という二つの性のきずなが必要となる。

これら三つのきずなは三つの問題を提示する。つまり、この地球の性格が与える諸制約の下で生き続けることを可能にさせるような職業をどのようにして見出すか、私たちが仲間の人間たちと協力し、その協同の福利を享受しうるような立場を彼らの間でどのように見出しうるか、人間が男と女という二つの性において生きており、人類の未来と存続が個々の性生活に依存しているという事実から自らをどのように適合させるか、という問題である。{10}

行動と感情

人間の運動には目的・目標があり、これは安心感・優越感を得ようとするものである。その目的・目標を決定するのは心であり、それを達成するのが体であるため、もしも間違った運動が為されたときに正すべきものは運動の方向の選択である。そして人は、目的・目標を行動に移すときに感情を利用するのである。

喜怒哀楽の感情は、その個人のライフスタイルと一致する。人間は生きていきやすいように感情を道具として使うため、どんな感情を多用するかによってその人のライフスタイルをみることができる。感情は常に目標達成に向けて自らを適応させているのだ。例えば人より優越でありたいという自分の目標を悲しさによって達成する人は、朗らかではありえず、また自分の達成したものに満足できない。そういったライフスタイルの人は、自分が惨めであるときにのみ幸せなのだと考えられる。{11}

夢

さて夢についてであるが、人間はほとんど誰でも夢を見る。しかしその内容は理解に苦しむものがあるし、すぐに忘れてしまうことが多い。だがその夢は確実に自分自身で作成

したものであり、感情だけは後々まで残る。上述したように、感情とは常にその人のライフスタイルと一致するもので、人は夢が与える感情・感覚・気分によって現実と常識の要求に対してライフスタイルを支持・強化する。{12}

私たちが隠喩を用いるときには常に、何か関連しないもの、ただ感情にだけ語りかけられた何かのびこんでくる。人は、隠喩によって怒りなどの感情を支持しやすくしているのである。もしも夢を理解してしまえば、夢は私たちが隠喩を用いることでだまし、感情や気分を呼び起こすことはできなくなる。もし、夢が理解されてしまえば、夢の目的は失われてしまうだろう。夢は、現在の現実的な問題と人生のスタイルの間の架け橋である。しかし、人生のスタイルは何も強化される必要はない。それは、現実と直接に接触すべきである。夢には多くの変奏があるが、どんな夢も、個人に直面する独特の状況にかんがみ、人生のスタイルの強化が必要と感じられるところで現れてくるのである（個人の古い記憶でも同様のことが言える）。

それゆえ、夢の解釈は常に個人的なものである。象徴や隠喩を定式によって解釈することは不可能である。なぜなら、夢は人生のスタイルが各々の個人自身の独特な状況に関するその個人自身の解釈から引き出した創造物だからである。

左右、男女、寒暖、軽重、強弱は矛盾するものだと考えられるが、アドラー的科学的見地からすれば、それらは矛盾ではなく多様なものである。同様に善悪も、正常と異常も対立する矛盾はなく、変数なのである。眠っていることと目覚めていることを、また夢の考えと昼の考えとを対立する矛盾として扱ういかなる理論も、非科学的であるというほかないのである。夢は、その個人が勇気を持つことに失敗したことを明らかにしているのである。

夢が目覚めているときの生と矛盾するものではないということ、つまり、夢は人生の他の運動や表現と常に同じ線上にあるのではないか。もし日中、優越という目標に向かって努力することに没頭しているならば、夜も同じ問題に没頭しているに違いない。誰でも、夢のなかでやり遂げるべき課題があるかのように、また夢のなかでも優越に向かって努力しなければならぬかのように、夢を見るに違いない。夢は人生のスタイルの産物に違いないし、人生のスタイルを作りあげ強化するのに役立つに違いないのである。

もし色々な問題で悩んでいるのなら、眠りもまた悩まされる。眠っていてもベッドから落ちないようにからだを調整するという事実は、現実との接触がまだあるということを示している。母親は、通りがどんなに騒がしくても眠れるが、自分の子供がちょっと動いただけでも目を覚ます。私たちは、睡眠中でも外界と接触し続けているのだ。

おだやかで静かな眠りを乱すのは、夢である。私たちは、諸問題の解決に確信が持てないときにだけ、また現実が睡眠中でさえ重くのしかかり夢を見るのだと結論しうる。われわれが直面している諸困難に取り組み、解決を提示するということが、まさにこのことが夢

の課題なのである。もし日中にストレスを感じる人が多いなら、夜間睡眠中にもストレスにさらされているであろうと考えられるのだ。

われわれは、夢というものが、個人の人生のスタイルと彼の現在の諸問題の間に、人生のスタイルに何も新しい要求をすることなしに、橋を架けようとする試みである、という結論に到達しなければならない。それは常に、その個人が必要とする感情を呼び起こすであろう。われわれが夢のなかに見出すものは、その個人の他のすべての徴候や特性のうちに見出すものに他ならない。われわれは、夢を見ようが見まいが、諸問題に同じ仕方で接近する。だが、夢は、人生のスタイルのために支持と正当化を提供するのである。

では、人生のスタイルはなぜ支持を必要とするのであろうか。何がそれを攻撃しうるのか。それを攻撃しうるのは、現実と常識だけである。それゆえ、夢の目的は常識の要求に対して人生のスタイルを支持することである。

人の記憶を支配しているのは、彼の目標である。同じ仕方で、われわれは、夢の構成においても、現在の問題に迫られたときに、われわれの人生のスタイルに合致し、人生のスタイルが要求することを表現するような事件だけを拾いあげる。その選択の意味は、われわれがそのただなかにいる諸困難と関連する人生のスタイルの意味以外のものではありえない。夢のなかで、人生のスタイルは、それ自身の道を要求している。諸困難と現実的に取り組むということは、常識を要求するであろうに、人生のスタイルはその道を譲ることを拒否する。

それは、ある問題を探りあげ、それを切り詰めたり煮つめたりして、ついにはもとの問題のほんの一部しか残らないようにしてしまうことである。それから、その残りは、隠喩によって表現され、あたかもそれがもとの問題と同じものであるかのように取り扱われるのである。この感情をふるい立たせるということは、何も異常なことではない。われわれ人間は、心のなかに、人生のスタイルを仕上げ、固め、強化するためのあらゆる手段を用意して持っているのであり、もっとも重要な手段のひとつは、感情をふるい立たせるという能力である。人はこの仕事に日夜従事しているのであるが、それがより明瞭になるのは恐らく夜間、つまり睡眠中であろう。{12}

記憶

記憶は自己保存のために必要な生理現象であるため、無駄な記憶というものはない。夢をみる場合と同じように、記憶は思い出すことによって自身のライフスタイルを支持・強化する役割がある。とりわけ初期の記憶は、現実のライフスタイルとの接点もわかりにくいため脚色が少ないと考えられるゆえに、古い記憶ほど最も単純な根本的思想があると考えられる。また、ライフスタイルが変わると記憶も多少変化するといわれる。{13}

睡眠

では、夢はいったいいつ見ているのだろうか。

REM睡眠という呼び名はこの特徴のひとつである急速眼球運動 rapid eye movement (REM) からつけられた。しかし、REMはこの状態の特徴の一部分に過ぎないから、逆説睡眠 paradoxical sleep とも呼ばれる (この名前は、脳波でみると大脳は起きているときのように活動しているのに、行動的には眠っているというパラドックスがあるという意味である)。現在では、ヒトについてはREM睡眠、動物については逆説睡眠を使うこともある。

REM睡眠 (逆説睡眠) はほ乳類ならほとんどの動物種にみられ、一続きの睡眠中に普通の睡眠 (これを、non-REM睡眠、もしくは、脳波に徐波があるので徐波睡眠 slow wave sleep という) と交代しながら出現する。このとき、筋緊張が消失するのは脳幹 (橋) から脊髄の運動ニューロンに強い抑制をかける機構が働くためであることが動物実験で証明されている。{14}

REM睡眠 (逆説睡眠) 中の急速眼球運動 (REM) は、覚醒時にみられるごく短時間の停止をはさみながら小さく動き続ける眼球運動 saccade と違い、大きな運動が頻発するものである。これがどういう意味を持っているのかはわからない。これがみられるときには、電気生理学的には脳幹 (橋)、視床 (外側膝状核) および大脳 (後頭葉) に PGO 波 (ponto-geniculo-occipital wave) と呼ばれる相動性の活動が記録される (ただし、ラットではこの活動はほとんどみられない)。

ここでREM睡眠の特徴をまとめておく。

1. 行動的には深く眠っている。
2. 脳波は覚醒ないしはそれに近い状態と同様のパターンを示す。
3. 筋緊張が消失する。(筋電図は消失し平坦になる)
ただし、ときどき小さい筋肉の一瞬の収縮は起こることがある。
4. 急速眼球運動が起こっている。
5. 眠って緩やかになっていた呼吸や心拍が不規則になる。
6. 陰茎が勃起する。(ただし、高齢者では起こらないこともある)
7. 活発な夢をみている。

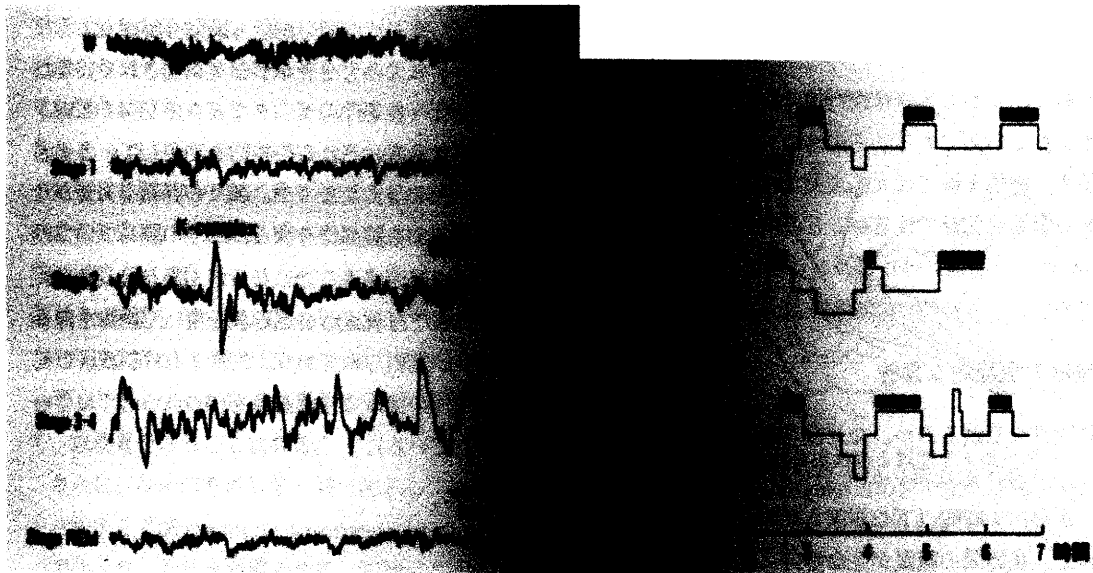


図 1

図 2

図 1 : 睡眠・覚醒の各相での頭頂部脳波

図 2 : 3 人の人の一夜の睡眠の経過

縦軸は睡眠の深度。A : 覚醒。太線 : REM 睡眠。

図 1 において、Stage REM (REM 睡眠の別の呼び方) の時には覚醒時に似た低振幅の脳波になるが、覚醒時とは筋電図が消失することで区別できる。また、眼球電図も特徴的な眼球運動を示す。

脳波学的に解析した睡眠には一定の構造が認められ、通常の夜間睡眠ではノンレム睡眠とレム睡眠が約 90 分周期で交互に現れ、睡眠サイクルをつくる。この場合、睡眠の前半にはノンレム睡眠、中でも徐波睡眠が大量に出現し、睡眠の後半には少なくなる。逆にレム睡眠は睡眠の前半には少なく、後半に多く出現する。睡眠構造は睡眠を取る時刻、より正確に言えば、体温リズムなどで代表される概日リズムのどの位相で睡眠をとるかによって決まる。概日リズムとは、地球上に生息するほとんど全ての生物のもつ 24 時間周期のことで、体内時計とも比喻され、その時間的秩序を維持することによって生体の恒常性を保つものである。{15}

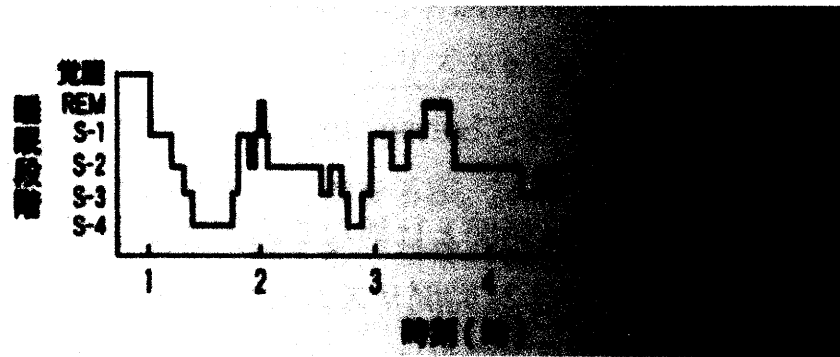


図3：ヒトのヒプノグラフ

睡眠段階をレム睡眠とノンレム睡眠（S1,S2,S3,S4）
とに分けて表示する。

前述のような睡眠構造が認められるのは、体温が低下するリズム位相で睡眠が始まる場合であり、体温が上昇する位相で睡眠が始まった場合は睡眠構造は変化し、レム睡眠が睡眠初期から多く出現する。これは、レム睡眠の出現が主として概日リズムで決められているのに対し、ノンレム睡眠の出現は先行する覚醒の長さや質によって影響されることによっている。

睡眠量を深度と時間の積と考えるならば、睡眠はその前半があればほとんど十分であるように見える。しかし、明け方の浅い睡眠もまた、睡眠の満足度という点からは重要であるといわれている。{15}

眠りからの覚醒は徐波睡眠から起こるときも、REM睡眠から起こるときもある。この覚醒・徐波睡眠・REM睡眠の3状態間の移行のうち、覚醒から直接にREM睡眠への入眠は普通の人では起こらない。これが頻回に起こるものをナルコレプシーといい、これは実生活に困難をきたすので治療の対象となる。しかし、普通の人でも疲労困憊したときや長時間の断眠の後などにはこのような入眠が起こりうるといわれ、そのときにまだ意識が残っていると“金縛り”のような経験をすることといわれている。{14}

REM睡眠中には心拍が乱れることに関して、睡眠中の心筋梗塞はこの時期に起こるのではないかという疑いもたれる。それを明らかにした研究はないが（終夜脳波記録中に発作を起こす確率の問題である）、REM睡眠と狭心症の関連は報告されている。労作狭心症では運動や労作の他に、激怒や興奮といった情動も誘発要因となるし、夜間睡眠中に起こる夜間狭心症は夢により誘発されるという説もある。{16}どちらも自律神経に作用するためだろうと予想される。

ヒトではREM睡眠中に覚醒させると、夢をみていたことがわかるが、これは脳波では大脳が覚醒状態と同じように活動していると思われることと対応している。朝、目覚めた

*何をしてどうだったかその夢を詳しく書いてください。

①

*この夢は繰り返しくみられますか？ (一回だけ・2～3回・それ以上)

B子供の頃の一番古いと思われる記憶・またはよく覚えている印象的な出来事を、よろしければ詳しく1～3つお書き下さい。(登場人物・何をした・その結果・その時の感情など)

記憶①

記憶②

記憶③

Cアレルギー性鼻炎の方へ

①発症・診断されたのはいつ頃ですか？ (月・年) 前

②症状は(春・夏・秋・冬・1年中・季節に関係なく不規則)に出やすい。

③症状の出る主な原因は何ですか？

ここで複数回答の場合、一番と思われるものには◎二重丸をつけてください。

室内のホコリ・花粉・動物の毛・羽毛・昆虫の鱗粉・絹・カビ類・木材・

食事〔ソバ・小麦・アワビ・カニ・柑きつ類・その他: 〕・薬物・

その他〔 〕

④今でも鼻炎の症状は出ますか？ (出る・出にくくなってきた・もう治った)

⑤何か鼻炎に対する薬を服用・使用されてますか？ (はい・以前だけ・いいえ)

⑥Aの夢①はこの病気になってからよくみますか？ (はい・発病前からみる・わからない)

夢② (はい・発病前からみる・わからない)

夢③ (はい・発病前からみる・わからない)

結果；

アンケート結果

カッコ内は夢の内容（患者のアンケート記述のまま）を示し、その下に夢の登場人物・その時の感情・その夢を（繰り返し）みた回数を載せておく。

＜ 対象群：アレルギー性鼻炎をもたない ＞

A... 21歳 男性

夢① おばあちゃんとインディジョーンズをしている夢。

登場人物：おばあちゃん

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：2～3回みた

夢② いろいろな所に行って楽しんでいた夢。

登場人物：恋人

夢をみた感情：楽しかった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢③ Hしてた♡

登場人物：友達

夢をみた感情：恥ずかしかった

その夢をみた回数：不明

分析：世の中は楽しいことがいっぱい。人生は冒険のようなもので危険なこともある。

B... 19歳 女性

夢① 仕事もうまくいわずに焦っていた。「B1卓に牛サラ、石ビ～」と叫んで目覚めた。

登場人物：友達

夢をみた感情：悲しかった・つらかった・焦っていた

その夢をみた回数：不明（牛サラ・石ビは業務用語です。）

夢② 謝りたかったので、夢で謝れて嬉しかった。

登場人物：昔の恋人

夢をみた感情：嬉しかった

その夢をみた回数：2～3回みた

夢③ 母親が死ぬ夢。

登場人物：母

夢をみた感情：悲しかった

その夢をみた回数：不明

分析：物事はスムーズにはいかないが、結果はうまくいく。死に対する恐怖ももつ。

C... 20歳 男性

夢① ひたすら車の話をしていたと思う。

登場人物：兄

夢をみた感情：楽しかった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢② バイクでツーリングに行った。

登場人物：友達

夢をみた感情：楽しかった

その夢をみた回数：1回だけみた

夢③ ？

登場人物：恋人

夢をみた感情：驚いた

その夢をみた回数：1回だけみた

分析：楽しいことは共有し、それに没頭する。

D... 21歳 男性

夢① 熱が出ているとき大岩に追いかける。

登場人物：岩

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢② エロ夢。

登場人物：知らない人

夢をみた感情：嬉しかった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢③ 遊んでいること。

登場人物：友達

夢をみた感情：嬉しかった

その夢をみた回数：4回以上みた

分析：世の中は平和だ。それなりに危険もある。

E... 21歳 男性

夢① なぜか明日死ぬことが分かっている祖父を車で連れて行ってあげる。

登場人物：祖父

夢をみた感情：寂しかった

その夢をみた回数：1回だけみた

夢② 戦争のまっただ中において、周りは家が焼かれ、空からは爆弾が！？人々は逃げ回っていた。自分も逃げ回っていた。

登場人物：「ホタルの墓」

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：1回だけみた

夢③ 浜崎あゆみと楽しく遊んでいる夢。最近よく芸能人が出てくる。ほとんど女性。

登場人物：芸能人

夢をみた感情：嬉しかった

その夢をみた回数：1回だけみた

分析：仲間との絆のもち方。同じほう方法をとったり助けの手をのべたりする。女性への憧れ。または理想は高くもつ。

F... 33歳 男性

夢① 追いかける夢で、いっしょうけんめい逃げているのに追いつかれ、つかまりそうになる。

登場人物：アニメの登場人物

夢をみた感情：驚いた・怖かった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢② 自分1人で見知らぬ町をさまよっている。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：寂しかった

その夢をみた回数：2～3回みた

夢③ サーカスで空中ブランコをしている夢。落ちることもある。

登場人物：知らない人

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：2～3回みた

分析：世の中は危険だらけである。答えもなかなかみつからない。自分は弱い存在だ。

G... 24歳 男性

夢① 倉庫みたいな部屋に1人でいると、でっかい箱が四方八方から飛んできて、ひっしでよけている。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：驚いた・怖かった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢② 球場みたいところでヤンキー大勢にかこまれて逃げている。逃げていることにむかついてなぐりかかるが、数が多すぎてきりがないのでまた逃げている。

登場人物：知らない人

夢をみた感情：驚いた・怒った

その夢をみた回数：4回以上みた

夢③ 昔の彼女と自転車で二人乗りしていなか道を走っていた。すると向こうのほうから全裸の女性がこっちに手をふって走ってきた。そのあとは覚えていない。

登場人物：昔の恋人

夢をみた感情：感情はよくわからない

その夢をみた回数：1回だけみた

分析：私は攻撃されることが多い。力は及ばないので私は攻撃以外の方法であきらめるべきだ。

H... 24歳 男性

夢① ビルの14階のロウカを歩いていたらロウカがくずれて落ちた。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢② Hをしている夢。

登場人物：知らない人

夢をみた感情：気持ちよかった

その夢をみた回数：4回以上みた

分析：思わぬ所に危険はあるので注意すべきだ。でも基本的に世の中は平和だろう。

I... 21歳 男性

夢① 皆でドライブしてます。その道はずーっと続く一本道。両脇は海か池でそこに大きな魚がいます（かなりでかく車くらいある）。そこに落ちたり落ちなかったりバージョンは多々有り。

登場人物：ペット・知らない人・魚類

夢をみた感情：なんともいえない感じ

その夢をみた回数：4回以上みた

夢② どうしてそこに居るのかわからないが壁にかこまれた池のようなところにいます。その壁はすごく高くて、ワニにおいかけてられます。壁をのりこえてにげようとする。逃げれるときと逃げれないときがある。壁の外はすごく高い木の並んだ森。

登場人物：知らない人・ワニ君

夢をみた感情：わくわく

その夢をみた回数：4回以上みた

夢③ 朱ぬりのたてもものに居て飛び石みたいのをピョンピョン飛んで遊んでいる。どンドン飛んでいって石のいっぱいある川浴いを歩いてたりすることもあ
る。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：不思議な感じ

その夢をみた回数：4回以上みた

分析：いつも水の存在が私に付きまとう。人生色々あるし、なるよう（流れる）になるだろう。

J... 35歳 男性

夢① 高い所からふっと落ちる瞬間の夢。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：驚いた・怖かった・嫌だった

その夢をみた回数：4回以上みた

夢② カゼをひいてねこんでいる時、天井のあたりに人らしきものが見えた。

登場人物：知らない人

夢をみた感情：（カゼひいて）しんどかった

その夢をみた回数：不明

分析：先は見えないし、わからないことも多い。

K... 26歳 女性

夢① 高校のときの夢を見ているのに、中学校時代のメンバーが出てくる。

登場人物：友達・夫

夢を見た感情：悲しかった・寂しかった・つらかった・怖かった・

面白かった・疲れるなど色々

その夢をみた回数：不明

分析：世の中は矛盾していることが多い。

L... 25歳 男性

夢は全くみない。

分析：世の中に特に不満はない。

＜ 統 制 群 ： ア レ ル ギ ー 性 鼻 炎 患 者 ＞

こちらも同様に夢の内容をカッコ内に示し、その下に夢の登場人物・その時の感情・その夢を（繰り返し）みた回数を載せ、それに加えて、その夢をアレルギー性鼻炎発症前からみていたのか、または発症後にみるようになったかという質問に対する回答を載せておく。

a... 21歳 女性 発症は20年前

夢① 誰かをつま先立ちして歩いてて、ずっと自分の足しか（夢に）映ってなくて、虫に足に卵を産みつけられて嫌だった。お母さんの職場でお母さんを見つけて手をふった。山の中で「お母さんだよ」って言う人が二人いて、菅野みほと、カマを持つてる死神（これもみほ）で怖くて、お母さんじゃないって思った方の首をカマで何回も切ったけど切れなくて、「そっちじゃないよ」って言われて、違うほうの首を切ったらスパッと切れて、「ほらね」って言われた。

登場人物：母・芸能人・知らない人

夢をみた感情：嬉しかった・嫌だった・不安・絶望感

その夢をみた回数：1回だけ

夢② パソコンを真っ暗な中で見てたらその中に入ってしまっ、真っ暗だけど下は湖みたいな水で横にけいこうの緑とかあって、目の前にピンクの魚（大きい）がいて、それが真っ暗な中映えてて、それを見てた。画面いっぱい桃色ででかかった。

登場人物：魚・自分は客観的に見てる感じ

夢をみた感情：感情なし

その夢をみた回数：1回だけ

夢③ 廃墟のビルの中でイノシシが突進してきて、逃げようとホウキにまたがるけど飛べなくて、何度も走りながらジャンプしたけど飛べなくてそのままビルから飛び降りたら、ギリギリのところまでグーンって上がった。

登場人物：知らない人（イノシシから逃げてる人たち）

夢をみた感情：怖かった・はがゆい・焦り

その夢をみた回数：1回だけ

夢①～③は発病してから見る。

分析：暗さは世の中への不安や絶望感の表れか。世の中には区別できないものが多く、迷ったときは他人の意見も聞くべきだ。私は無力に近く、思い通りにならないことが多い。

b... 30歳 女性 5～6年前に診断、発症は昔から。

夢① なぜか戦争中で空襲が始まって（夜）、その時の家族（兄弟かな？）と防空頭巾をかぶって家の外へ飛び出したら、向かいの家から真っ赤な炎が上がってびっくりした。あせってる反面、この大変な状況が自分にも起こっ

たことがドラマみたい？と妙にテンション上がった。（何年も前に見た夢）

登場人物：知らない人

夢をみた感情：驚いた

その夢をみた回数：1回だけ

夢② 小2ぐらいの時、お父さんがお風呂に入ってるときに私がお父さんをバラバラにして（殺すという感覚は薄かった）、家の冷凍室（冷蔵庫の）につめてかくした。それを親せきが冷凍室を開けて発見し、警察へ通報して警察が家の前まで来た。私が家の奥でかくれてたら、お母さんが10万円くれて、家の裏口から逃げた。

登場人物：父・母・親戚

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：1回だけ

夢③ お父さんが仮免の練習につき合ってくれて、車の助手席に座ってた。私はずっと練習してたけど、お父さんは終始無言だった。セピア色の夢で短大か高校のときにみた。道路じゃなくて大きな敷地の土の地面だった。

登場人物：父

夢をみた感情：嬉しかった・悲しかった

その夢をみた回数：1回だけ

夢①～③は発病前からみる。

分析：一般的に困難な問題も私には不都合ではない。私が困ったときや問題に直面したときは誰か保護してくれる存在がある。

c... 20歳 男性 発症は8年前

夢① 自分で石ビを作って食べてた。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：嬉しかった

その夢をみた回数：2～3回

夢② 妊娠している妹のお腹を蹴っていた。

登場人物：妹

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：1回だけ

夢①～②をみたのと発病とどちらが先かはわからない。

分析：女性または異物への恐怖感。仲間と協力するというより自分自身でやり遂げること達成感を感じる。

d... 22歳 男性 発症は4年前

夢① 頭をピストルでうたれた。

登場人物：知らない人

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：4回以上

夢①は発病後にみる。

分析：世の中は力だ。思わぬところに危険があるので常に注意すべきだ。

e... 23歳 男性 発症は16年前

夢① 火葬場で生きたまま閉じ込められ、泣き叫んでいた。6～8歳の時。一番思い出す。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：1回だけ

夢①をみたのと発病とどちらが先かはわからない。

分析：世の中は力の強いものが優位に立つ。

f... 20歳 男性 発症は2年前

夢① 姉が死んだ夢。

登場人物：姉

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：1回だけ

夢② キョンシーにめっちゃ追いかける。逃げたのにホテルがキョンシーに変

身したりして逃げ切れない。

登場人物：キョンシー

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：4回以上

夢③ 空を飛んでいる夢。思い通りに飛べない。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：楽しかった・驚いた

その夢をみた回数：1回だけ

夢①②は発病前から、夢③は発病後にみる。

分析：いつも問題に囲まれており、うまく対処できない。

g... 20歳 女性 発症は小さいときから

夢① ボーリングに行ってボロ勝ちした。

登場人物：恋人

夢をみた感情：嬉しかった

その夢をみた回数：1回だけ

夢② 歯が(全部)抜ける夢。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：2～3回

夢③ ルパン三世の中に出演してた。何したかは覚えていない。

登場人物：フジコちゃん

夢をみた感情：覚えていない

その夢をみた回数：1回だけ

夢①～③は発病後にみる。

分析：競争に勝つことで優越感を感じる。失うことへの恐怖？皆あるものが私だけなくなってしまう。(他人との比較)

h... 20歳 女性 発症は3年前

夢① 戦争が始まって空いっぱい戦闘機が飛んでいるんだけど、しばらくしてまた空を見ると、それがでっかい UFO になっているという怖い夢です。

登場人物：父・母・友達・知らない人

夢をみた感情：怖かった・悲しかった・つらかった・怒った・嫌だった

その夢をみた回数：2～3回

夢② 熱が出たときよく子供のころ見てました。幾何学もようがいっぱいからまって、それを解いた時はすーっとするが、解けない時は実際の私も気持ち悪くなる。

登場人物：よくわからない幾何学もよう

夢をみた感情：嫌だった・気持ち悪い

その夢をみた回数：4回以上

夢③ くもが嫌いなせいかよく夢にくもがでてくる。で、体にふりかかってくる、触らざるをえない状況においこまれて絶叫。

登場人物：くも

夢をみた感情：怖かった・嫌だった

その夢をみた回数：4回以上

夢①～③をみたのと発病とどちらが先かはわからない。

分析：恐怖の対象はどんどん大きくなる。世の中に矛盾・もどかしさを感じている。恐怖・嫌悪感からは逃れられない。

i... 23歳 女性 発症は2年前

夢① 自分が飛べる身で、ぞんびがおそってくる。逃げるけど、なかなか飛べなくて…。この世には、人間の私が一人になって、ぞんびの仲間になろうと思っても食べられるのが痛そうやから逃げる。

登場人物：友達・知らない人

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：2～3回

夢② 歯が抜けて、差し歯をしようとするけど、その痛さの怖さと、歯抜けて笑えない恥ずかしい夢。

登場人物：友達

夢をみた感情：怖かった・恥ずかしかった

その夢をみた回数：4回以上

夢①～②をみたのと発病とどちらが先かはわからない。

分析：私は皆とは違う。（他人との比較） 1人である。この状況を改善しようとするのは困難だ。挑戦はするが怖いからできないし、なかなかうまくいかない。

問題改善に試みはするが、恐怖がありできない。皆と違うことで注目を得る。

j... 19歳 男性 発症は15年前

夢① マリオ1面で最後に UFO が浮かんで、それが怖かった。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：怖かった

その夢をみた回数：4回以上

夢② 車に乗っていて、友達があられてレースしたけど、いつまでも追いつけなかった。

登場人物：友達

夢をみた感情：驚いた

その夢をみた回数：1回だけ

夢③ デパートの屋上で、人がめちゃ多くて、好きな人を押してしまって、1階まで落ちて顔から落ちてた。

登場人物：好きな人

夢をみた感情：嫌だった

その夢をみた回数：1回だけ

夢①は発病前からみる。

夢②～③をみたのと発病とどちらが先かはわからない。

分析：世の中には恐怖が一杯だ。負けず嫌いだが比較的力は弱いかもしれない。

k... 20歳 男性 発症は10年前

夢① 1人で広い場所に立ちつくしていると、しだいに体がいろんな方向から引っ張られるような感じで体が分解（溶ける？）され後ろへ倒れる。

登場人物：自分1人

夢をみた感情：変な不快感

その夢をみた回数：4回以上

夢② 複数人でとにかく運動している。運動（スポーツ？）は毎回ちがっていて
戦場みたいなこともある。

登場人物：友達・知らない人

夢をみた感情：疲れる

その夢をみた回数：4回以上

夢③ 映画やマンガ、アニメの世界に自分が出ていて、本編とは少し違うストー
リーになる。世界はその日によって違う。

登場人物：芸能人・キャラクター

夢をみた感情：すべてととってもいい

その夢をみた回数：4回以上

夢②は発病後に見る。

夢①・③は夢をみたのと発病とどちらが先かはわからない。

分析：いつも問題に囲まれており周囲には敵が多い。理想も高い。

1... 20歳 男性 発症は小さい頃から

夢① 舞台のけいこ中に演出家にめっちゃ怒られてへこんで悔しくて泣いとりま
したよ。

登場人物：演出家

夢をみた感情：怒られて泣いた

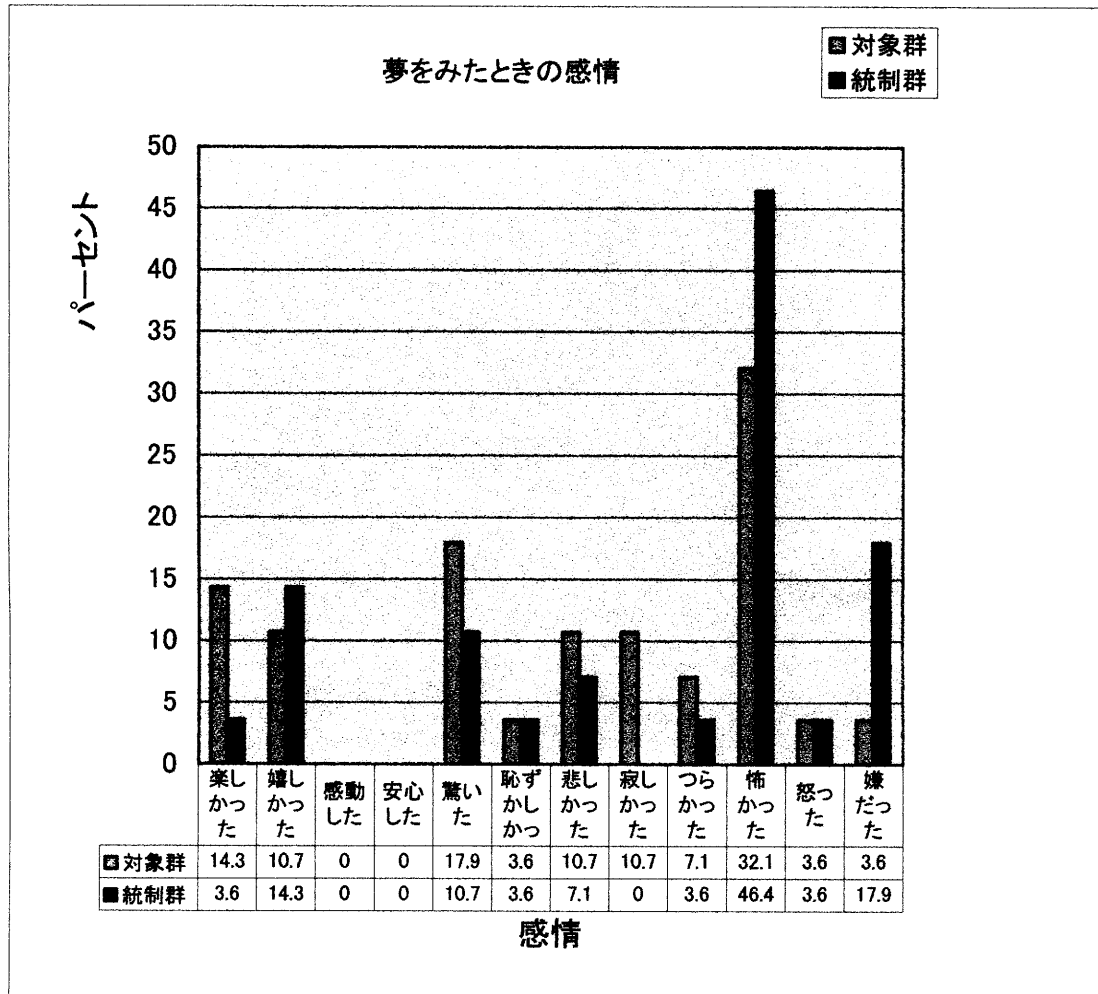
その夢をみた回数：2～3回

夢①をみたのと発病とどちらが先かはわからない。

分析：人を怒らせると注目を集めることができる。

考察；

以上の結果をグラフに表すと下記のようになった。



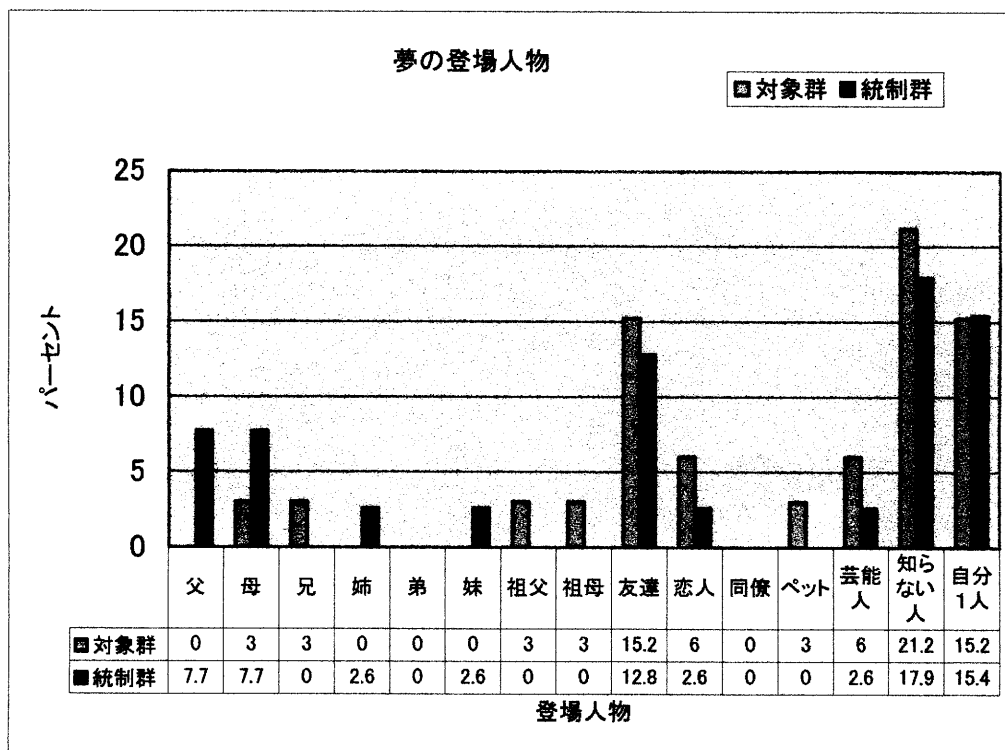
【統制群】

ここで気づくことは、対象群と比較して統制群は「楽しかった」という感情が少なく、逆に「嫌だった」という感情が多くみられたことである。「怖かった」という感情は統制群のほとんどの人の夢でみられたが（10人/12人中）、ここに有意な差はなく対象群においても多く（9人/12人中）みられた。他に気づいた点は、Hしていたという夢を対象群の25%だけがみており、統制群においては一件もなかった。対象群に楽観的な印象を受けた。また、統制群は「寂しかった」という感情も対象群よりは少なかった。

内容は別としてアンケートの記述欄への答え方として、統制群（アレルギー性鼻炎患者）はこと細かく書いてくれ、それに対し、対象群は簡潔な書き方が多かった。これは統制群が比較的神経質で、それゆえに交感神経が緊張している可能性を示すと思われる。対象群の中には夢を全くみないという人もおり、その人はストレスもあまり感じず、毎日が

熟眠できると答えていた。

分析は難しいが「歯が抜ける」という夢をアレルギー性鼻炎患者だけの2人がみていたのが印象的だった。戦争や死をイメージさせる夢をみている人もアレルギー性鼻炎患者に圧倒的に多く、その夢においては多くの方が「怖かった」と記憶している。



夢での登場人物において「知らない人」「友達」の登場・「自分1人」という答えは、統制群・対象群ともにほぼ同じであった。家族が出てくるのが統制群：28.6%で、対象群：14.3%という結果で、両親に限定すると統制群：21.4%、対象群：3.6%であった。アレルギー性鼻炎患者は、仲間や異性とのつながりよりも家族、特に両親とのつながりに何らかの意味を見出しているのかもしれない。

結語；

今回は通常のライフスタイル分析というよりも、「どんな感情を多用することで周囲とのつながりを持っているのか」ということに重きを置いた。ライフスタイルの分析は十人十色の捉え方があるし、数字化するのも困難であったからだ。

私なりの分析で気づいた点は、統制群（アレルギー性鼻炎患者）は「物事はなかなか思い通りにいかない」と感じ、それに対し対象群は「世の中は危険もあるが基本的には楽しい、平和だ」と感じていた。統制群は「世の中には危険や恐怖が一杯だ」と感じ、逆に「世の中は平和で楽しいものだ」と感じている人はほとんどいなかった。この事は、上記の「夢をみたときの感情」のグラフと共通しているように思われる。

まとめると、アレルギー性鼻炎の患者には「物事をあまり心底には楽しめず、恐怖感や嫌い・イヤだといった嫌悪感を比較的多く利用する」ようなライフスタイルの人が多いのではないかと推測できる。その反面「寂しい」という感情はそれほど用いないかもしれない。

謝辞；

今回の卒業論文を書くにあたって熱心にご指導頂いた吉原所長をはじめ、川北先生、高原先生、黒岩先生、そしてお忙しい中アンケートにご協力頂いたSクリニックスタッフの皆様、患者様、快く担当して下さったK様、さらにアンケートにご協力頂いた全ての皆様に心より感謝の意を表します。

そして、なにより支えてくれた岡さん、村上さん、藤本さん、大澤さん、坂口さん、門田さん、栗本さん、播さん、矢野さん、中森さんに心からお礼を言いたいと思います。いつもいつもありがとうございます。

参考文献；

- {1} 「現代の神経内分泌学」 メディカル・サイエンス・インターナショナル
監修：吉田尚 P. 377～382 岩本逸夫
- {2} 「標準免疫学」 医学書院
監修：高井俊行 P. 393
- {3} 「必修内科学 改訂第五版」 南江堂
監修：宮本昭正 P. 740～741
- {4} 「標準病理学 第二版」 医学書院
監修：栄本忠昭 P. 367
- {5} 「標準病理学 第二版」 医学書院
監修：栄本忠昭 P. 54～55
- {6} 「標準病理学 第二版」 医学書院
監修：能真人 P. 102～104
- {7} 「標準免疫学」 医学書院
監修：高井俊行 P. 394～395
- {8} 「標準生理学 第五版」 医学書院
監修：熊田衛・森田啓之・照井直人 P. 570～572
- {9} 「人生の意味の心理学」 春秋社
監修：A・アドラー
- {10} 「人生の意味の心理学」 春秋社
監修：A・アドラー P. 4～7
- {11} 「人生の意味の心理学」 春秋社
監修：A・アドラー P. 27～54
- {12} 「人生の意味の心理学」 春秋社
監修：A・アドラー P. 107～138
- {13} 「人生の意味の心理学」 春秋社
監修：A・アドラー P. 81～106
- {14} 「標準生理学 第五版」 医学書院
監修：香山雪彦 P. 429～432
- {15} 「標準生理学 第五版」 医学書院
監修：本間研一 P. 832～833
- {16} 「必修内科学」 南江堂
監修：安田寿一 P. 240～243
- {17} 「標準生理学 第五版」 医学書院
監修：香山雪彦 P. 435
- {18} 「標準生理学 第五版」 医学書院

監修：大野忠雄 P. 196～197

平成15年12月19日完成

石元千春 16期生