

情緒不安定緩和における アロマセラピーの効果

陳思帆 (Chen, Sz-Fan)

高雄長庚紀念病院一般神経内科 臨床心理士

【要旨】

本研究は、長庚病院神経内科の外来において、記憶愁訴および情緒障害があるが、神経内科専門医の診断では退化、脳損傷、てんかんなどの明らかな疾患が見られなかった正常な嗅覚機能を持つ患者に研究参加してもらい、被験者に精油を6か月間使用してもらった後、被験者の認知機能と感情緩和に対する効果について調べたものである。本研究には合計31名の被験者が参加し、内訳は女性25名、男性6名であった。平均年齢は 51.81 ± 11.18 歳で、平均就学年数は 12.90 ± 3.37 年であった。研究の結果、被験者が訴える抑うつ気分および不安状態にいずれも顕著な改善が見られただけでなく($p < 0.001$)、全体の認知機能($p < 0.05$)、短期記憶($p < 0.01$)、抑制機能($p < 0.01$)といった得点はいずれも顕著な上昇が見られた。