

フォーカル・ジストニアについて、イザベル・カンピオンへの6つの質問

質問者：野瀬百合子

*この質問は、2010年7月18日に行われたものです。

1, フォーカル・ジストニアとは何ですか？

楽器に対しての動作（ジェスチャー）を上手くコントロール出来なくなってしまう脳の混乱。

日常生活では問題がなく、楽器に対してのみ問題が起きるのが特徴である。

腱鞘炎などと違って痛みを伴わず、鍵盤楽器・弦楽器の場合は手に、管楽器の場合は口唇と手に現れる。

2, フォーカル・ジストニアになると、まず最初にどういった症状が表れますか？

最初は、「何だか変だな」という程度の違和感しかない。

今までは考えずとも当たり前に出たスケールやトゥリルが出来なくなるという状態になる。

そういった状態を練習で悪化させてから診察を受けるケースが殆どなので、フォーカル・ジストニアの患者に訊くと、「そういえば前（半年前、1年前、それ以上）からいやな感じがあった」と答えることが多い。

3, 自分がフォーカル・ジストニアかなと思ったら、まず、どうすればいいですか？

今まで出来た事なのに弾こうとしたら弾けないという場合、弾けない原因をテクニック不足と勘違いして何度も繰り返すと症状を悪化させてしまうので、練習を中止して病院に行きましょう。（注：フランスでは、フォーカル・ジストニアの場合は脳神経内科に行くとのことです。）

4, フォーカル・ジストニアの治療とは、どのようなことをするのですか？

フォーカル・ジストニアとは、本来ならば出来るものに何かが加わったこと（ $+α$ ）で、出来る動作が間違った行動になってしまう状態である。

つまり、「元々の動作 $+α$ → 間違った行動」ということである。

例えば、「スケールが弾ける動作 $+α$ → スケールが弾けない」ということになる。

“ $+α$ ”が有る限り、間違った行動は改善されないので、“ $+α$ ”を取り去る必要がある。

ジストニアの治療とは、“ $+α$ ”を取り去る為に、「脳に正しい動作（ジェスチャー）を教え込むこと」である。

5, 生徒がフォーカル・ジストニアかなと思ったら、どうすればいいですか？

まず、生徒に何が起きているのかを感じ取ること。

症状を練習不足、テクニック不足と捉えないで理解すること。

先生の役目として「目先の目標を達成させるよりも、その生徒が一生楽器を続けられるようにしてあげること」が大事。

* 目先の目標とは、入試やコンクール、コンサート等のこと。

年齢制限がある場合などは、生徒自身が決断しにくいところがある。

先生は、見送りや留年という選択肢があることを示し、休養を勧めることが必要。

勿論、無理に弾かせてはいけない。

診察を受けさせ、将来的に目的に向かう際に助けること。

こういった例もある。

アメリカに住む中国人ピアニストはコンサートデビューが決まっていた為、フォーカル・ジストニアの症状が出ていながらもコンサートを強行した。批評は大変良く、ピアニスト自身も満足したが、その後、ピアノが全く弾けなくなってしまった。

これが本人の希望であるならば、いたしかたないことだが、アドバイスをする立場の人がいれば、別の選択が出来たのではないかと心が痛む。

6, フォーカル・ジストニアを治療中の方への注意事項を教えてください。

演奏は続けて良いのですか？

楽器から全く離れてしまうのは良くない。

自転車に乗らずに自転車をこぐ動作が出来ないように、楽器に向かいながら、脳に正しい動作（ジェスチャー）を教え込む必要がある。

脳に正しい動作を教え込む事は、非常に集中力が必要とされるので、10分が限界である。それを1日に何度もする。

理想的なのは、仕事やコンサートなどの目の前の目的は無い状態で楽器を演奏すること。

(2012年10月28日)