

## 症状および兆候

### 文献

大塚真由美, 風間治仁, 堀田光行, ほか. 深部マッサージによる顔面部皮下組織の変化. 日本化粧品学会誌. 2010; 34(3): 177-184. 医中誌 web ID 2011032102

#### 1. 目的

皮下組織へのセルフマッサージが顔のたるみに及ぼす効果の評価

#### 2. 研究デザイン

準ランダム化比較試験 (quasi-RCT)

#### 3. セッティング

記載なし。

#### 4. 参加者

健常成人(50歳代)女性ボランティア 20人

#### 5. 介入

Arm1: マッサージ施術群 10人(顔面にクリーム塗布したセルフマッサージを毎日5分間、16週間実施)

Arm2: コントロール群(非施術群) 10人

#### 6. 主なアウトカム評価項目

たるみスコア、顔面の3D形状計測、皮下組織厚計測

#### 7. 主な結果

1) たるみスコア: たるみスコアが0.5以上の改善がみられたのは施術群で4人、非施術群では1人であった。施術群で有意な改善がみられた( $p < 0.01$ )。

2) 顔面の3D形状: へこんだ面積の割合が非施術群と比較して有意に広がった( $p = 0.015$ )。

3) 皮下組織厚: 施術群で口角下の皮下組織厚が有意に減少した( $p < 0.05$ )。たるみ部の皮下組織厚は施術群および非施術群で有意に減少した( $p < 0.01$ )。

#### 8. 結論

顔面へのセルフマッサージは皮下組織厚の減少に伴う顔形状の改善が認められる。

#### 9. 論文中的安全性評価

マッサージによるかぶれのトラブルなし。

#### 10. Abstractor のコメント

顔のたるみに対するセルフマッサージの有効性について客観的に示した研究である。顔の形状を三次元解析しただけでなく、超音波画像法による皮下組織厚の変化を指標としていることは非常に興味深い。またセルフマッサージによる16週間の持続介入に対する効果を検討した点については評価に値する。しかし、被験者の割り振りや評価者のマスクングに対する記載がないため研究の質は低く評価されてしまう。超音波画像による皮下組織厚の変化だけでなく、皮下組織構造の変化について検討することにより精度の高いアウトカムになるだろう。研究の学術的な価値をさらに高めるためには質の高い研究デザインが望まれる。

#### 11. Abstractor and date

近藤 宏 2015.3.18