

## 症状および兆候

### 文献

根本由紀子, 半田朋子, 水谷亨, ほか. 下肢へのオイルマッサージが健康成人のむくみに及ぼす影響 複合手技による検討. 日本東洋医学系物理療法学会誌. 2014; 39(2): 47-52. 医中誌 web ID P107570007

#### 1. 目的

健康成人が自覚するむくみにオイルマッサージが及ぼす影響の検証

#### 2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (cross over) (RCT-cross over)

#### 3. セッティング

筑波大学理療科教員養成施設 恒温恒湿室

#### 4. 参加者

下肢にむくみを自覚する健康成人

#### 5. 介入

室温 26.0±1.0°C、湿度 50±5%の恒温恒湿室で実施。左下肢に対して軽擦法、揉捏法、強擦法を組み合わせた複合手技を 15 分間(仰臥位 7.5 分間、腹臥位 7.5 分間)実施。

Arm1: オイルマッサージ群 10 人

Arm2: コントロール群(安静仰臥位 7.5 分間、安静腹臥位 7.5 分間) 10 人

#### 6. 主なアウトカム評価項目

下腿周径、下腿皮膚温、下肢のむくみ感と冷え感に対する Visual Analogue Scale(VAS)、短縮版 POMS

#### 7. 主な結果

1) 下腿周径: 足関節付近( $p < 0.05$ )および下腿三頭筋最膨隆部( $p < 0.01$ )で有意に減少した。

2) 下腿皮膚温: 介入側の足底部で有意に上昇した( $p < 0.05$ )、足関節部(脛骨前縁)、下腿三頭筋最膨隆部(脛骨前縁)、腓骨頭部で有意に上昇した( $p < 0.01$ )。母趾先端部では有意差はなかった。コントロール群では足底部( $p < 0.01$ )で有意に低下したが、その他の部位では有意差はなかった。

3) 下肢のむくみ感と冷え感(VAS): むくみ感は有意に減少した( $p < 0.01$ )。また冷え感も有意に減少した( $p < 0.05$ )。

4) 短縮版 POMS: 総合的気分障害度では有意に減少し( $p < 0.05$ )、活力では有意に上昇した( $p < 0.05$ )。

#### 8. 結論

下肢へのオイルマッサージはむくみを自覚する健康成人の下腿周径を減少させ、下腿皮膚温を上昇させる。また、むくみ感や冷え感を減少させ、気分や活力を改善させる。

#### 9. 論文中の安全性評価

筑波大学人間系東京地区倫理委員会の承認を得て実施。

#### 10. Abstractor のコメント

マッサージの臨床現場に遭遇しやすい健康成人の下肢のむくみに着目し、オイルマッサージの効果について検討した研究である。介入に実際の臨床現場で用いている手技を想定し、複合的なマッサージ技術を組み合わせている点に本研究の意義がある。また、オイルマッサージの方法について詳細に記述されている点は評価に値する。臨床に則した信頼性の高い研究を目指したことについては評価できる。しかし、マスキングに対する記述が不足しているため測定者バイアスを完全に除去できているかは確認することが出来ない。むくみ感を客観的指標としている下腿周径と皮膚温との関連性を検討することにより臨床に即した信頼性の高い研究につながるものと考えられる。

#### 11. Abstractor and date

近藤 宏 2015.3.17