

## 文献

西村 真実, 倉田 順子, 油谷 知子, 笹岡 三津子, 岡本 易子, 酒田 恵実, 中本 真暢, 鶴井 千尋, 上田 恵介, 舟木 宏直. 下腿浮腫に対する灸とマッサージの併用効果の検討. 東洋療法学校協会学会誌. 2019; 42: 166-169. 医中誌 web ID 2019167647

### 1. 目的

下腿浮腫（非病的浮腫）に対する灸とマッサージ併用施術の有効性を検討する。

### 2. 研究デザイン

ランダム化比較試験

### 3. セッティング

京都仏眼鍼灸理療専門学校施術室

### 4. 参加者

自覚的・他覚的に下腿浮腫を認める 16 人 平均年齢 39.6±12.9 歳

### 5. 介入

Arm 1: 台座灸（5 分間）とマッサージ（10 分間）の併用群（右側のみ） 8 人

Arm 2: マッサージ（15 分間）の単独群（右側のみ） 8 人

### 6. 主なアウトカム評価項目

下腿周径 3 ヲ所（膝窩横紋下 10 cm [A 点]、膝窩横紋と内果・外果結合線の中央 [B 点]、内果・外果結合線の中点 [C 点]）、下腿浮腫と冷えの自覚の程度 visual analog scale (VAS)。

### 7. 主な結果

下腿周径の各計測点における施術前後の変化量は、併用群が A 点 $-4.6 \pm 2.9$  mm、B 点 $-3.6 \pm 2.9$  mm、C 点 $-2.1 \pm 2.1$  mm、単独群が A 点 $-6.0 \pm 2.1$  mm、B 点 $-2.7 \pm 2.1$  mm、C 点 $-3.5 \pm 2.3$  mm で両群間に有意差を認めなかった。一方、浮腫に関する自覚の VAS の変化量は、併用群が $-27.5 \pm 16.2$ 、単独群が $-19.2 \pm 9.4$  で両群間に有意差を認めた ( $p < 0.129$ )。また、冷えに関する自覚の程度についても併用群の $-29.0 \pm 20.3$  に対し単独群は $-14.5 \pm 7.4$  で有意差を認めた ( $p < 0.049$ )。

### 8. 結論

灸・マッサージ併用群とマッサージ単独群の間で下腿浮腫に対する効果に差を認めなかった。浮腫と冷えの自覚症状に対しては併用群の改善効果がより高いことが確認された。

### 9. 論文中の安全性評価

記載なし

### 10. Abstractor のコメント

非病的な下腿浮腫に対するマッサージと灸施術の相乗効果を RCT の手法を用い検証を試みた研究である。併用群・単独群共に浮腫の程度と冷え等の自覚症状に対する一定程度の有効性を示唆した結果は興味深い。ただ、自覚症状の改善度が併用群で有意に高かった結果に関する考察には留意を要する。被験者数が少ないこと、使用経穴（腎兪・脾兪・泉湧・公孫）に対する灸介入の有効性が確認されていないこと、アウトカムを VAS のみで評価していること等の限界性を考慮すると、本研究で示された結果のみで灸を加えたことによる相乗効果に言及した本研究の結論には疑問が残る。市販されている台座灸を用いた非病的浮腫に対する有効性の検証は、浮腫に悩む国民の健康増進に資するセルフケアを確立する意味で有用である。この観点からも上記の課題を踏まえたデザインによる後続の研究に期待したい。

### 11. Abstractor and date

藤井亮輔 2021. 11. 24