

### 13. 筋骨格系および結合組織の疾患 (M5456)

#### 文献

富田賢一、中野祐也、渡邊一平. 慢性腰痛に対する自覚疼痛部位を用いた温灸治療の試み. *社会医療研究* 2016; 14: 11-18 医中誌 Web ID: 2016396147

#### 1. 目的

局所の温灸施術による慢性腰痛に対する治療効果について鍼治療と比較。

#### 2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

#### 3. セッティング

九州保健福祉大学附属はりきゅう治療所、宮崎、日本

#### 4. 参加者

九州保健福祉大学教職員および学生で、3 ヶ月以上「腰痛または腰部不快感」を有する者

#### 5. 介入

Arm 1: 温灸施術群 (せんねん灸 3 壮、週 1 回・4 回)

Arm 2: 鍼施術群 (40 mm・20 号ディスプレイザブル鍼で雀啄、週 1 回・4 回)

施術部位は腰部から臀部の範囲で腰痛および腰部不快感自覚部位に最大 10 ヶ所まで。

#### 6. 主な評価項目

痛みおよび不快感の自覚的評価として Visual Analogue Scale (VAS) を毎回の施術前後に、腰痛が日常生活に与える影響について日本語版 Roland-Morris Disability Questionnaire (RDQ) および Pain Disability Assessment Scale (PDAS) を 1 回目施術前と 4 回目の施術後に評価。

#### 7. 主な結果

温灸施術群 3 名 (男性 3、40.0±7.5 歳、平均罹病期間 96±24 ヶ月)、鍼施術群 3 名 (女性 2・男性 1、42.7±3.5 歳、平均罹病期間 180±48 ヶ月)。4 回すべての施術前・直後の VAS 比較では、温灸施術群 22±15→10±6、鍼施術群 28±20→13±13 でいずれも有意に減少。温灸施術群の施術前と 4 回施術後の RDQ は 3.7±0.6→1.7±1.5、PDAS は 7.0±1.0→2.7±2.5、鍼施術群の RDQ は 4.3±5.9→4.3±4.1、PDAS は 8.7±6.0→9.0±10.4 (例数少なく統計解析できず)。(いずれも平均±SD)

#### 8. 結論・意義

慢性腰痛または腰部不快感に対し、局所への温灸施術が症状改善に有効であることが示唆された。

#### 9. 鍼灸医学的言及

症例が少なく鍼と温灸の効果を比較できるには至っていないが、施術前後の評価では、腰部の自覚症状局所に対する施術で温灸も鍼と同様に腰痛あるいは腰部不快感の症状軽快に有効であることが考えられる。

#### 10. 論文中的安全性評価

施術による副作用は鍼施術群では認められなかったが、温灸施術群では灸あたり (施術後の倦怠感) を訴えた被験者が 1 名確認された。

#### 11. Abstractor のコメント

著者らも述べている通り、この例数では温灸と鍼の効果の比較や互いの優れた特徴を見出すことは困難であり、より多くの症例で試す必要がある。ランダム割付けを厳密に行ったとしても 6 例で両群が均等になることはない。6 例ならばむしろ n of 1 など別のデザインを用いたほうがよかったのではないだろうか。ただ、鍼灸技術の中からより簡便で有効なセルフケア手段を探る試みは、今後もっと実施されてほしい臨床研究領域ではある。引き続き成果の公表が俟たれる。

#### 12. Abstractor and date

山下 仁 2022.3.13