

13. 筋骨格系・結合組織の疾患

文献

Nabeta T, Kawakita K. Relief of chronic neck and shoulder pain by manual acupuncture to tender points-a sham-controlled randomized trial *Complementary Therapies in Medicine* 2002; 10: 217-22. CENTRAL ID: CN-00736622

1. 目的

圧痛点に対する鍼刺激の肩こり症状の軽減効果の解析

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

鍼灸専門学校、大阪、日本

4. 参加者

慢性的な肩こり、頸肩に痛みを訴える鍼灸学校の職員と学生 34 名。

5. 介入

Arm 1: 圧痛点刺激群 (17 名、平均年齢 34.2 歳)。刺激部位は左右の頸、肩、背部のすべての圧痛点。ディスプレイ鍼 (0.2×40mm、セイリン製) で刺入後 5 回の雀啄刺激により得気を生じさせた。治療は週に 1 回 3 週間。

Arm 2: コントロール群 (17 名、平均年齢 30.8 歳)。刺激部位は左右の頸、肩、背部のすべての圧痛点。鍼は先端を丸めた鍼を使用し、鍼の刺入や雀啄の手技を模倣した。治療回数は Arm 1 と同様。

Arm 1 で 2 名、Arm 2 で 5 名が脱落した。

6. 主なアウトカム評価項目

頸肩背部における痛みと肩こり感の強さを VAS によって評価。治療前 6, 4, 2 日および直前、各治療の直後、1, 3, 5 日、最終治療後、7, 9 日に評価。真の鍼とシャム鍼に関する被験者の感覚について問診表で調査した。

7. 主な結果

Arm 1 において、VAS は 3 回の治療直後、あるいは 1 日後に有意に減少した (群内比較、 $P<0.01$)。その後、ベースラインに復する傾向があったが、治療回数が増えるとその効果が持続する傾向を認めた。Arm 2 においても同様の傾向を示したが、統計的に有意ではなかった。治療後のいずれの時点においても両群間に有意な差は見られなかった。圧痛の閾値は真の鍼で増加する傾向があったが、シャム鍼ではその傾向はみられなかった。また、被験者に対する介入のマスキングができていた。

8. 結論

慢性肩こりに対する圧痛点の鍼刺激は短期的には有効である。

9. 鍼灸学的言及

圧痛点の出現部位と経穴の類似性について言及している。

10. 論文中の安全性評価

記載なし。

11. Abstractor のコメント

良くデザインされた研究である。肩こりに対する鍼治療の有効性を鍼刺入の模倣によるシャム鍼手技と比較し、被験者に対するマスキングができたことは特筆すべき点である。本研究で群間に差が見られなかったことは、最近の大規模鍼臨床試験が 12 回程度を標準治療回数としていることから、その治療回数が不十分であったことは否定できない。ITT 解析にも言及している中で、サンプルサイズの設計がなかったことは残念である。シャム鍼をコントロールにおいた臨床試験の方法として今後も一つのモデルになりうるものと思われる。

12. Abstractor

高橋則人 2011.12.3