

13. 筋骨格系・結合組織の疾患

文献

伊藤里子、伊藤和憲、勝見泰和. ランダム化比較試験を用いた高齢者の慢性腰痛に対するトリガーポイント鍼治療の有用性の検討 全日本鍼灸学会誌 2009; 59(1):13-21. 医中誌 Web ID: 2009213798

1. 目的

高齢者の慢性腰痛に対するトリガーポイント鍼治療の効果の評価

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

明治国際医療大学付属病院整形外科外来、京都、日本

4. 参加者

6ヶ月以上の慢性腰痛を有する高齢者で整形外科外来患者 39名。

5. 介入

Arm 1: トリガーポイント群 13名。1人平均 9.4±2.3 個所に刺鍼。使用した筋肉は中殿筋、腰方形筋、大殿筋、腸腰筋などの筋肉まで刺鍼し、10分間の置鍼術。得気や筋の収縮等の反応は考慮せず。治療は1回/週の間隔で5回行い、治療終了後3ヶ月まで経過観察。

Arm 2: 圧痛点群 13名。疼痛を訴えている領域の圧痛点。圧痛点の検索は経穴を参考とした。1人平均 9.7±2.3 個所に刺鍼。腎兪 (BL23)、三焦兪 (BL22)、大腸兪 (BL25)、志室 (BL52)、胃兪 (BL21)、胞盲 (BL53)、秩辺 (BL54)、風市 (GB31)、腰眼 (EX-B7) などに 10-20 mm 程度刺入し、10分間の置鍼。得気や筋の収縮等の反応は考慮せず。治療期間と頻度は Arm1 と同様。

Arm3: シャム群 13名。治療部位は Arm1 と同様で 1人平均 9.0±2.2 個所に刺鍼。治療期間と頻度は Arm1 と同様。

最終的な脱落例は、Arm 1、2、3 でそれぞれ 5、8、7 名であった。

6. 主なアウトカム評価項目

腰下肢の痛み: VAS 値。評価の時期は治療前、期間中、治療終了後 1ヶ月と 3ヶ月。期間中の治療後の効果は次の治療前の値とした。QOL: Roland Morris Disability Questionnaire (RMDQ)。評価は治療開始前と 5回終了後、治療終了後 1ヶ月と 3ヶ月。

7. 主な結果

腰下肢痛に対する VAS 値については、3群比較において Arm 1 は他の 2群に対して有意な変化 (交互作用、 $P<0.05$) が認められ、群内比較では治療前の症状の程度が 1回目から低下 ($P<0.05$) し、治療終了後 3ヶ月まで継続した。Arm 2、Arm 3 では症状は低下しなかった。腰痛 QOL の RMDQ については、3群間で数値の改善は認められなかった。群内比較では Arm 1 は大幅な改善が認められたが、Arm 2 と Arm 3 では変化は認められなかった。

8. 結論

高齢者の慢性腰痛に対して、トリガーポイント鍼治療は圧痛点治療とシャム治療に比して、より効果が高い。

9. 鍼灸学的言及

なし

10. 論文中の安全性評価

記載なし。

11. Abstractor のコメント

鍼治療の刺激部位としてトリガーポイントと圧痛点を比較した研究である。トリガーポイント群、圧痛点群と sham 群を配置して検証しているが、経過観察において脱落があり、例数の確保ができていないのが惜まれる。治療終了時ではトリガーポイント鍼治療は他の 2群に比して変化があり、群内比較においても明らかな効果が推察できる。圧痛点の検出に一定の圧を設定するなど配慮がされていたことは評価できる内容である。しかしシャムをトリガーポイント鍼治療にのみに設定したこと、トリガーポイント鍼治療群では股関節可動域を検査して検出しているが、圧痛点群では単に腰下肢部の圧痛点を検出していることから、刺激部位の設定に違和感を感じる。この研究ではトリガーポイント鍼治療の有効性はシャム群との比較で検証されることをお薦めする。トリガーポイントは反応経穴と一致するとも言われるため、トリガーポイントを正確に用いることができれば従来の経穴を手がかりとした圧痛点治療の成績をさらに向上させる可能性がある。臨床研究では被験者の確保が重要な要素となるため、この問題を解決され、さらに研究を進めていただきたい。

12. Abstractor

古屋英治 2010.11.19