

12. 皮膚の疾患

文献

上坂梨沙、山崎翼、佐藤万代、ほか. 鍼施術および鍼施術と芳香浴との併用が乾燥肌に与える効果 角質水分量および水分蒸散量を指標として. *日本未病システム学会雑誌* 2012; 18(3): 17-24. 医中誌 Web ID: 2013056744

1. 目的

乾燥肌に対する鍼施術の有効性評価

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、京都、日本

4. 参加者

明治国際医療大学の学生で 18 歳以上 30 歳未満の健常女性、かつ、乾燥感の Visual Analogue Scale (VAS)にて 30 mm以上の者 18 名 (21.1±2.5 歳)。

5. 介入

Arm 1: 鍼施術群 6 名。陽白(GB-14)、攢竹(BL-2)、太陽(奇穴)、迎香(LI-20)、地倉(ST-4)、下関(ST-7)、大迎(ST-5)、合谷(LI-4)、足三里(ST-36)、三陰交(SP-6)、太衝(LR-3)にステンレス鍼 (0.16×30mm、セイリン社) を用いて 5 mm 刺入後 5 分間の置鍼。1 回の治療時間は 30 分以内。

Arm 2: 芳香浴併用群 7 名。香りを吸入させながら鍼施術。1 回の治療時間は 30 分以内。精油は、真正ラベンダー、ベルガモットを用いた。

Arm 3: 対照群 5 名。鍼施術を行う部屋のベッドで 30 分間、安静臥位。

6. 主なアウトカム評価項目

自覚的な乾燥感に対する VAS、主観的な顔面部の肌状態の満足度についての 4 段階評価、State-Trait Anxiety Inventory-Form(STAI)状態・特性不安検査(Form X)。反対側顔面部角質水分量、右耳珠と右口角を結ぶ線上中央の水分蒸散量。

7. 主な結果

VAS は前後比較より鍼施術群のみ有意に減少した (P=0.027)。肌の満足度、不安状態の変化は有意差が認められなかった。角質水分量は前後比較より芳香浴併用群 (P=0.043)と対照群 (P=0.043)で有意に減少した。水分蒸散量は前後比較より鍼施術群で有意に減少し (P=0.046)、対照群で有意に増加した(P=0.043)。群間比較では、鍼施術群と対照群 (P=0.004)、芳香浴併用群と対照群 (P=0.008)の間で有意な差がみられた。

8. 結論

鍼施術や鍼施術と芳香浴の併用が、水分蒸散量を改善し、乾燥肌の悪化を防止する。

9. 鍼灸医学的言及

鍼施術による筋緊張緩和、皮膚血流増加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

鍼の美容に対する効果についての研究は進みつつあるが、客観的指標を用いて評価した RCT としては希少な研究である。さらに、介入時の温湿度、評価時刻を統一するなど、外部要因による影響を最小限に抑えるための配慮が行き届いている。しかしながら、本研究では精油の種類を統一しており、個人的な好みによるバイアスが否定できない。今後、精油の個別化を図り、よりサンプルサイズを増やした研究が行われることを期待したい。

12. Abstractor and date

保坂政嘉 2016.11.19