

18. 症状および兆候

文献

百合邦子、坂口俊二、鍋田理恵、ほか. 若年女性の冷え症に対する温筒灸治療部位の検討 膝陽関(GB33)と三陰交(SP6)との比較試験. *日本温泉気候物理医学会雑誌* 2014; 77(3): 237-249. 医中誌 Web ID: 2014274013

1. 目的

若年女性の冷え症に対する温筒灸治療の有効性評価

2. 研究デザイン

準ランダム化比較試験 (quasi-RCT)

3. セッティング

関西医療大学、大阪、日本

4. 参加者

冷え症の自覚を有している者、かつ冷えを伴う基礎疾患を有していない女子学生 13名 (平均年齢 20.7 歳)

5. 介入

Arm 1: 膝陽関群 5 名。圧痛反応により取穴した膝陽関 (GB-33) に対して、温筒灸 (長安 NEO、山正) を用いて 1-2 壮の治療。

Arm 2: 三陰交群 5 名。圧痛反応により取穴した三陰交 (SP-6) に対して、温筒灸 (長安 NEO、山正) を用いて 1-2 壮の治療。

前観察期間 1 週間、介入期間 4 週間、追跡期間 2 週間の計 7 週。週 2 回、計 8 回治療。

6. 主なアウトカム評価項目

「冷え症」調査用問診票：冷え症の自覚の有無、7 項目 (各 4 件法) の冷え症状尺度および冷えの初発時期、冷えを感じる部位・季節・時間帯・悪化因子、セルフケアや治療経験の有無。冷え日記：基礎調査問診票の冷えを含む 14 症状と冷えの程度の Visual Analogue Scale (VAS) で回答する独自の評価票。

7. 主な結果

群間と試験期間との間に交互作用はみられなかった。VAS は群別でも有意差はみられなかった。冷え日記愁訴得点の群別では、膝陽関群で前観察期間に比して介入期間 3・4 週目に有意に減少し、三陰交群で前観察期間に比して介入期間 4 週目と追跡期間 2 週目において有意に減少を示した。愁訴毎の得点の群別では、は膝陽関群において、肩こりが前観察期間に比して追跡期間 1・2 週目において有意に減少を示し、口の乾きが前観察期間に比して介入期間 3・4 週目において有意に減少を示した。一方、三陰交群において、肩こりが前観察期間に比して介入期間 2・4 週目、追跡期間 1・2 週目に有意に減少し、口の乾きが前観察期間に比して介入期間 4 週目、追跡期間 2 週目において、イライラが前観察期間に比して介入期間 1・2・4 週目において有意な減少を示した。外気温に相応した VAS 値、愁訴得点の増加 (症状の悪化) はみられなかった。

8. 結論

若年女性の冷え症に対する温筒灸治療は、随伴愁訴を改善させる。

9. 鍼灸医学的言及

温筒灸治療の自律神経機能への影響および全身的な血流改善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

症例数が少なくランダム化されていない点が残念であるが、バイアスを避ける工夫がなされ、研究上の問題点と解決策に関しても明言されており、今後の追試に期待する。

12. Abstractor and date

保坂政嘉、大川祐世 2016.10.04