

### 13. 筋骨格系・結合組織の疾患

#### 文献

古屋英治、名雪貴峰、八亀真由美、ほか. 肩こりに及ぼす円皮鍼の効果-偽鍼を用いた比較試験 全日本鍼灸学会雑誌 2002; 52(5): 553-61. 医中誌 Web ID: 2003144987

#### 1. 目的

肩こりに対する円皮鍼治療の有効性の評価

#### 2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (封筒法) (RCT-envelope)

#### 3. セッティング

東京医療専門学校、東京、日本

#### 4. 参加者

自覚的肩こりがある教職員及び学生 53 名 (男性 15 名、女性 38 名)。

#### 5. 介入

Arm 1: 円皮鍼群 (28 名)。パイオネックス鍼 (セイリン社製) 0.6mm。触診によって検出した圧痛部位 4 か所以内に 3 日間置鍼。

Arm 2: プラセボ円皮鍼群 (25 名)。パイオネックス鍼と同形状で鍼尖を除いたもの。円皮鍼群と同様の方法で刺激を加えた。

#### 6. 主なアウトカム評価項目

VAS (施術前、施術後、3 日後に評価)。「肩こりがある」(日本産業衛生学会 疲労自覚症状しらべ) 被験者の人数 (施術前、3 日後に評価)。

#### 7. 主な結果

前後比較において、VAS は Arm1 では直後 ( $P < 0.05$ ) と 3 日後 ( $P < 0.01$ ) に有意に改善し、Arm2 では有意差がなかった。「肩こりがある」人数は、Arm 2 に比べ Arm1 で有意に減少した ( $P < 0.01$ )。

#### 8. 結論

円皮鍼の継続留置は肩こりを改善させる。

#### 9. 鍼灸学的考察

円皮鍼留置により副交感神経機能が高められる可能性、および、円皮鍼でセルフケアを行うことが治未病に繋がる可能性について言及している。

#### 10. 論文中の安全性評価

有害事象が、Arm 1 で 5 名 (かゆみ 4 名、違和感 1 名)、Arm 2 で 4 名 (かゆみ 3 名、違和感 1 名) 発生したが、脱落はなかった。

#### 11. Abstractor のコメント

本研究は、二重マスク試験を用い円皮鍼の効果を検証したもので非常に高く評価できる。但し、被験者全員が鍼灸学校関係者でありプラセボ円皮鍼を見破る可能性があると思われるため、二重マスクの成否についての記載が望まれる。本研究は、鍼の臨床研究では一般的に困難な二重マスク試験 (被験者、治療者) を試みた画期的な研究で今後さらなる発展が期待できる。

#### 12. Abstractor

保坂政嘉 2011.9.11