18. 症状および兆候

文献

山崎翼、福田文彦、石崎直人ほか．慢性疲労に対する鍼治療の臨床的有効性の検討 *日本未病システム学会雑誌*. 2009; 15(2): 186-96. 医中誌 Web ID: 2010161854

1. 目的

慢性疲労に対する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 (RCT)

3. セッティング

京都府北部企業、京都、日本

4. 参加者

京都府北部企業の 25 歳から 65 歳の労働者で、過去 6 か月以上にわたり、連続して疲労を自覚しているが、関連する医学的異常を認めない 19 名。

5. 介入

Arm 1: 鍼治療群 9 名 (平均年齢、50.4 歳) 疲労状態に対する問診 (面接) と鍼治療を 1 週間に 2 回の頻度で計 16 回 (8 週間) 行った。治療穴は、合谷 (LI4)、足三里 (ST36)、太溪 (KI3)、腎兪 (BL23) を基本穴とし、愁訴部位へ対照的に追加施術した。鍼は、セイリン社製ステンレス鍼 (0.14mm×30mm) を用いた。

Arm 2: コントロール群 10 名 (平均年齢、46.2 歳) 面接を週 1 回行った。

Arm 2 で 1 名が脱落した。

6. 主なアウトカム評価項目

主観的評価項目として自覚的な身体的疲労 (VAS)、精神的疲労度 (VAS)、精神的健康度 (General Health Questionnaire-12: GHQ-12) および疲労蓄積度 (厚生省作成・労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト)。客観的評価項目として血液生化学検査 (ACTH、ドーパミン、アドレナリン、ノルアドレナリン、コルチゾール)、睡眠の質評価 (アクティグラフ) および生体内酸化損傷、抗酸化能 (8-hydroxy-2-deoxyguanosine:8-OHdG, Potential Anti Oxidant :PAO) 測定。

7. 主な結果

主観的評価項目では、全項目において Arm 2 と比較して Arm 1 では有意な改善を認めた (P=0.001−0.034)。客観的評価項目では、介入前後および両群間で有意な差を認めなかった。

8. 結論

鍼治療は慢性疲労を軽減させる。

9. 鍼灸学的言及

疲労状態を気虚・血虚と捉え、補気・補血を目的として合谷、足三里、太溪、腎兪などを基本的治療穴としたとの記載がある。また医学的異常を認めない慢性疲労と未病を関連付けている。

10. 論文中の安全性評価

有害事象なしとの記載あり。

11. Abstractor のコメント

本研究は、身体的・精神的慢性疲労を未病と捉え、それらの病態に対する鍼治療の効果を複数の項目について詳細に検討したものである。各群のベースラインの詳細、割付後のフローチャートや有害事象などもきちんと記載されている。参加者は各群それぞれ 9 名と 10 名で少なく、また、研究機関は 8 週間でその後のフォローアップがないなどの点については改善の余地があるが、未病という着眼点は鍼灸にとって非常に重要で今後の発展が大いに期待できる。

12. Abstractor

春木淳二　2011.9.9