

18. 症状および兆候

文献

上馬場和夫, 許鳳浩. ステッピングマッサージによる生理的・心理的变化. 日本東方医学会抄録集 2008; 25: 54. 医中誌 web ID 2008255561

1. 目的

ステッピングマッサージによる心理的および生化学的变化の検証

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (cross over) (RCT-cross over)

3. セッティング

富山県国際伝統医学センター

4. 参加者

健康成人、59名 (男性18名、女性41名) (平均年齢 40±12歳)

5. 介入

Arm 1: マッサージ施術群 (施術者) 15人 (平均年齢 記載なし)

Arm 2: マッサージ被施術群 (被験者) 15人 (平均年齢 記載なし)

Arm 3: コントロール群 29人 (具体的な記載なし)

6. 主なアウトカム評価項目

心理 (不安度) 検査、唾液 Na、K、IgA、コルチゾール濃度、尿カテコラミン、尿セロトニン、クレアチニン検査、気分 (マッサージ調査)

7. 主な結果

1) 心理的不安度は施術群 (術者) も被施術群 (被験者) も軽減。対照群では不変。
(統計記載なし)

2) 被施術群で唾液コルチゾールが低下、尿中カテコラミンが有意に低下 (統計記載なし)

8. 結論

施術群も被施術群も不安度が軽減し、唾液コルチゾールが低下、尿中カテコラミン低下したことによるリラックス効果が推定され、家族のタッチコミュニケーション法として普及価値がある。

9. 論文中の安全性評価

記載なし。

10. Abstractor のコメント

ステッピングマッサージという、いわゆる訓練された術者が行うマッサージではなく、家族内で用いられるような素人が簡易にできるマッサージの効果を施術前後で評価した研究である。異なる術者が行ったマッサージ施術は、一定の効果を出したことで簡易で有効なマッサージと捉えることができ、著者の本研究の目的は達せられていると思われる。本論文(抄録)から情報が限られるため、対照群との群間比較などの結果が無く、結果に対する信頼度が脆弱と考えられる。

11. Abstractor and date

緒方昭広 2011.12.17