

文献

殿山 希. がんサバイバーに対するあん摩療法とカウンセリングの心身への効果の相違 ランダム化比較試験の結果から. 日本東洋医学系物理療法学会誌 2016; 41(1): 36. 医中誌 web ID 2016214019

1. 目的

がんサバイバーに対するあん摩療法の有効性を検討する。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験

3. セッティング

記載なし

4. 参加者

婦人科がんサバイバー40人

5. 介入

Arm 1: あん摩施術群 (毎週1回40分の施術を8週継続) 20人

Arm 2: 経過観察群 (カウンセリング群) 20人

6. 主なアウトカム評価項目

visual analog scale (VAS)、心理評価 (HADS)、気分評価 (POMS)、対処行動評価 (MAC)、尿中カテコラミン、唾液中クロモグラニン A (CgA)

7. 主な結果

介入直後、あん摩ではVAS及びPOMSの不安・抑うつ・怒り・疲労・総合的気分得点の各尺度が有意に改善したほか、尿中アドレナリン濃度が有意に低減した。カウンセリング直後でも抑うつ以外はあん摩群と同様の結果であったほか、尿中アドレナリン・ノルアドレナリン・ドパミン濃度は有意に増加、唾液中CgAは有意に低減し、2群間で有意差を認めた。一方、研究開始日と最終日介入前の介入前後(8週間後の変化)を比較すると、あん摩群ではVASとPOMSの怒りが有意に低減し2群間に有意差を認めた。カウンセリング群では唾液中CgAが8週間後も有意に低減し2群間に有意差を認めた。

8. 結論

あん摩療法は身体の自覚的症状の軽減に有効であり施術の継続で怒りの感情が抑制される傾向を認めた。カウンセリングは交感神経系の抑制効果が介入直後のみならず少なくとも8週間持続することが示唆された。

9. 論文中的安全性評価

記載なし

10. Abstractor のコメント

がんサバイバーに対するあん摩療法とカウンセリングの効果の違いをRCTの手法を用いて検証した研究である。あん摩群において身体的自覚症状と怒りの感情が介入直後のみならず8週間も持続していた結果は、施術を反復・継続することの有効性を示唆するもので非常に興味深い。カウンセリングに関する結果も心理的刺激の交感神経系に及ぼす持続的抑制効果を示唆している。ただ、論文要旨からは具体的な介入方法が判然としない。また、心理的ストレスマーカーとして測定した尿中カテコラミンや唾液中CgAの結果についても日内変動等の変動要因を考慮したデザインであったか否かが不明である。したがって、上記結論の妥当性に言及することはできないが、がんサバイバーの健康の保持増進と心の安寧に資する有用な選択肢として、あん摩療法ないしカウンセリングとの併用療法の可能性を示した本研究の意義は大きい。

11. Abstractor and date

藤井亮輔 2021. 11. 24