

13. 筋骨格系および結合組織の疾患 (M6281)

文献

大崎彩加、今枝美和、北小路博司. 肩こりに対する鍼の刺入深度の違いによる効果の相違—予備的ランダム化比較試験—. *全日本鍼灸学会雑誌* 2018; 68(1): 10-20. 医中誌 Web ID: 2020056397

1. 目的

肩こり患者の症状を自覚する部位に刺鍼する場合の適した刺入深度を調査するため。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

明治国際医療大学附属病院整形外科外来、京都、日本

4. 参加者

6カ月以上の慢性的な肩こりを有する患者 16名

5. 介入

Arm 1: 浅刺群 8名 (肩こりを自覚する部位最大 10カ所に切皮のみ、約 5 mm)

Arm 2: 深刺群 8名 (肩こりを自覚する部位最大 10カ所に 10~20 mm 刺入)

いずれも 40 mm・18号ステンレス鍼で単刺術、週 1回・計 5回

6. 主な評価項目

毎回治療前後・治療終了 4 週後の肩こりの程度の Visual Analogue Scale (VAS)。QOL 評価として初回治療前・治療終了時・治療終了 4 週後の Shoulder pain and disability index (SPADI)。初回治療後に切皮痛、鍼の刺入感覚、ひびき感の有無について聴取。研究終了後に治療に対する満足度の調査。

7. 主な結果

浅刺群は男性 3・女性 5名 (平均 66.9 歳±5.1(SE))、深刺群は男性 2・女性 6名 (平均 61.8 歳±3.4(SE))。VAS の初回治療前後の変化量 (治療前-治療後) は、浅刺群 10.9 ±3.8 vs. 深刺群 29.6±7.2 (平均±SE) で群間有意差あり。VAS の初回治療前と 5 回目治療前の変化量は、浅刺群 9.6±10.8 vs. 23.6±7.0 で群間有意差なし。VAS の初回治療前と治療終了 4 週後の変化量は、浅刺群-1.9±5.4 vs. 深刺群 28.0±8.0 で群間有意差あり。SPADI はいずれも群間に有意差なし。鍼の刺入感覚ありは浅刺群 0名 vs. 深刺群 7名、ひびき感ありは浅刺群 0名 vs. 深刺群 8名で、いずれも群間有意差あり。治療に対して浅刺群「満足」4名 vs. 深刺群「大変満足」3名・「満足」3名。

8. 結論・意義

肩こりに対して症状部位へ刺鍼する際は、過緊張などの問題を生じている筋組織への直接的な刺激となる深刺の方が効果的である可能性が示唆された。

9. 鍼灸医学的言及

鍼の刺入感覚やひびき感覚を得ることは目的とする組織、つまり感作部位への刺鍼の指標となり、治療効果に影響する因子として有用であると考えた。

10. 論文中の安全性評価

記載なし

11. Abstractor のコメント

「どのような鍼灸技法がより有効か」という疑問に答える臨床試験は未だ少ないので、この RCT の結果は鍼灸臨床上有用な情報を与えてくれている。初回治療後の両群の変化が大きいことについては VAS 初期値平均が両群に 15 近い差があることを差し引いて解釈 (深刺群の肩こりの方が強かったので改善幅も大きくなった?) する必要があるが、それでも長期的な効果も含め深刺が優れているようである。

12. Abstractor and date

山下 仁 2022.3.12