

## 文献 2

山本裕太, 林知也, 吉田行宏, 木村啓作, 佐藤万代, 山崎翼, 片山憲史, 矢野忠. 運動負荷によって生じるスポーツビジョンの機能低下に対する鍼刺激の効果. 明治国際医療大学誌. 2014; 11: 1-7. 医中誌 web ID 2015106330

### 1. 目的

運動負荷後に生じる視機能（動体視力、静止視力）の変化に対し、運動前の鍼刺激が及ぼす効果を検討すること。

### 2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 クロスオーバー（RCT- cross over）

### 3. セッティング

記載なし。

### 4. 参加者

運動習慣のない健常成人男性 8 名

### 5. 介入

Arm1: 鍼刺激群（8 名）座位にて合谷穴、光明穴、太陽穴に 10 分間の置鍼を行う

Arm2: コントロール群（8 名）15 分の安静座位を行う

運動負荷法; トレッドミル

### 6. 主なアウトカム評価項目

静止視力(SVA)、動体視力(KVA)、調節近点、全身の疲労感(VAS)、眼の疲労感(VAS)

### 7. 主な結果

- 1) 運動負荷による SVA 及び KVA の低下を鍼刺激が抑制した。しかし、群間の比較においては交互作用がみとめられた ( $P < 0.01$ ) ため、有意差はなかった。
- 2) 運動負荷による調節近点の延長が鍼刺激により抑制されたが、群間、経時的変化は交互作用 ( $P < 0.05$ ) のため、有意差はなかった。
- 3) 全身の疲労感: 鍼刺激群、コントロール群ともに安静時と比較して運動負荷直後、負荷 15 分後に有意な上昇が認められた ( $P < 0.01$ )。

### 8. 結論

運動負荷直前の鍼刺激は、静止視力や動的視力、調節近点などスポーツビジョンに関わる指標の低下を予防する可能性がある。

### 9. 論文中の安全性評価

記載なし。

### 10. Abstractor のコメント

スポーツビジョンに対する鍼刺激の効果についてクロスオーバー法を用いて検討した研究である。本研究では、運動負荷前の鍼治療が視機能の低下を抑制する結果が得られ、視覚的要因によるパフォーマンス低下を抑制させる可能性が示されたことは大変意義深い。スポーツでは視覚による情報を重要とする競技も多くあり、今後競技特性に応じた成果も期待される。本研究で挙げられた課題も踏まえ、さらなる研究の遂行を期待したい。

### 11. Abstractor and date

池宗佐知子 2016. 03. 17