

## 文献 6

大隈祥弘, 小野修司, 向野義人. M-test を用いた円皮鍼治療が筋出力および反応時間に及ぼす影響 日本臨床スポーツ医学会誌. 2012; 20: 87-95. 医中誌 Web ID: 2012162317

### 1. 目的

運動負荷を行う際に、事前の M-test による円皮鍼治療を行うことが筋出力および反応時間にどのような影響を及ぼすかについて明らかにすること。

### 2. 研究デザイン

層別無作為割付による比較試験

### 3. セッティング

福岡大学

### 4. 参加者

大学ラグビー部に所属する男性 20 名 (フォワード 10 名、バックス 10 名)

### 5. 介入

M-Test による 10 分間の鍼治療

### 6. 主なアウトカム評価項目

Cybox を用いた筋出力および表面筋電図による大腿直筋の筋活動の記録により、筋出力、反応時間を評価した。

5 分間のウォーミングアップの後に 1 回目の M-Test を行い、筋出力、反応時間の測定を行った。10 分間の鍼治療または安静の後、2 回目の M-Test を行い、運動負荷終了後、3 回目の M-Test を行った後、2 回目の筋出力反応時間の測定を行った。

### 7. 主な結果

運動負荷後、コントロール群にのみピークトルク値の有意な低下がみられた。反応時間の結果には両群に有意な変化はみられなかった。

### 8. 結論

M-Test を用いた円皮鍼治療は反応時間に影響を及ぼさなかったが、筋疲労に伴う筋出力低下を抑制することが示唆された。

今回の研究結果から、先行研究同様に円皮鍼刺激は筋疲労抑制効果や筋疲労回復の促進効果が示唆された。しかし、M-Test の定量性や再現性の証明が不十分な点、対象者の盲検化がされていないことなどの研究限界が存在する。

### 9. 論文中の安全性評価

記載なし。

### 10. Abstractor のコメント

M-Test を用いた円皮鍼治療が筋疲労の抑制に関与したことを示唆する論文として有用であると考えられる。しかし、これについての効果発現機序についての解明、様々なバイアスを除外した検討などが今後期待される。

### 11. Abstractor and date

吉田成仁 2016. 3. 26