

## 文献 7

井上智紀, 内川宜久, 齋藤大輔, 広浜隆志, 内田和久, 河村繁, 菅原秀樹, 野瀬健祐, 諸喜田睦子, 李魯石, 金子泰久, 古屋英治, 上原明仁, 坂本歩. サッカー選手の競技パフォーマンスに対する円皮鍼の効果 間欠的高強度運動における検証. 東洋療法学校協会学会誌. 2012; 35: 54-57. 医中誌 web ID 2012232282

### 1. 目的

運動筋を支配する神経と同脊髄分節に入力する皮神経分布領域への円皮鍼刺激が間欠的高強度運動に及ぼす影響を検討する。

### 2. 研究デザイン

N of 1 ※介入はダブルブラインドで実施

### 3. セッティング

高校グラウンド

### 4. 参加者

健常人 (スポーツ障害類 (疾患名) : 記載なし)、高校サッカー選手、49 名  
(年齢: 16.2±0.9 歳、身長: 171.2±6.2 歳、体重: 59.8±7.7kg、性別: 不明)

### 5. 介入

Arm1: 円皮鍼 (PYONEX 0.6mm、セイリン社製)、36 名

Arm2: sham 鍼群、31 名

Arm3: 無介入群、35 名

使用した経穴: 両側の腎兪、気海兪、大腸兪、関元兪、次髎

方法: 運動課題 (Yo-Yo Intermittent Recovery test Level 2 (YYIR2 テスト)) の実施直前に貼付し、終了直後に除去した。

術者: 国家資格を有する 2 名

その他: 被験者のブラインド化は確認している。(術者のブラインド化は未確認。)

### 6. 主なアウトカム評価項目

- 1) YYIR2 テストの走行距離
- 2) 自覚的運動強度 (RPE)

### 7. 主な結果

- 1) YYIR2 テストの走行距離: 各群の平均値において、3 群間で統計学的な差はみられなかった。
- 2) 自覚的運動強度 (RPE): 各群の平均値において、3 群間で統計学的な差はみられなかった。

### 8. 結論

運動筋を支配する神経と同脊髄分節に入力する皮神経分布領域への円皮鍼刺激が間欠的高強度運動のパフォーマンスを高めるという結果は得られなかった。

### 9. 論文中の安全性評価

記載なし。

### 10. Abstractor のコメント

鍼が実際の運動パフォーマンスにどのように影響するかについて、円皮鍼と sham 鍼を用いたブラインド化された N of 1 の研究デザインで検討している。スポーツ鍼灸を考える上で、鍼刺激による実際のパフォーマンスへの影響は、基礎的な身体変化を検討することとともに重要なことである。本研究結果では、アウトカムの統計学的な差はみられなかった。しかし、運動パフォーマンスへの影響を検討する研究デザインの参考となり、今後の研究に役立つ結果を示したと考える。

### 11. Abstractor and date

櫻庭陽 2016. 2. 16