

文献 21

松原裕一, 宮本俊和, 河野一郎. 鍼刺激が合宿期間中の唾液分泌型免疫グロブリンAに及ぼす影響. 日本温泉気候物理医学会. 2010; 73(3): 191-201. 医中誌 web ID 2010232898

1. 目的

鍼刺激の合宿期間中の唾液分泌型免疫グロブリンAの評価。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

記載なし。

4. 参加者

聴覚に障害を有する競技レベルの高いアマチュアサッカー選手 18 名

5. 介入

Arm1: 鍼刺激群 (9 名) 両側の合谷穴と孔最穴、両側の足三里穴に刺鍼し、周波数 2Hz で 30 分間の低周波鍼通電、頬車穴に刺鍼し、置鍼術 30 分間 (5 分毎に雀啄術) 実施。夕食後のミーティング終了時に実施。

Arm2: コントロール群 (9 名) 鍼刺激なし

トレーニング合宿は 2 泊 3 日で行われ、合宿初日の午後から最終日の午後までの朝昼夜に唾液の採取をした。また合宿期間中および合宿 1 週間後にアンケート調査を行った。

6. 主なアウトカム評価項目

唾液中 SIgA レベル、風邪兆候に関するアンケート、POMS

7. 主な結果

- 唾液中 SIgA 分泌速度: コントロール群は合宿期間を通じて有意な変動は示さなかったが、鍼刺激群では、初日の昼と比較して 2 日目朝、3 日目朝で有意に増加した ($P < 0.05$)。
- 風邪兆候に関するアンケート: 合宿期間中、風邪症状を訴えた選手は、コントロール群 3 名、鍼刺激群 1 名であった。合宿 1 週間後では、コントロール群 3 名、鍼刺激群 2 名であった。
- POMS: 鍼刺激群は、怒り-敵意、混乱で有意に低下した ($P < 0.05$) が、コントロール群では、有意な変動はなかった。

8. 結論

合宿期間中の鍼刺激は SIgA を一過性に増加させ、合宿期間中の風邪兆候が少なく、主観的な心理状態は改善する。

9. 論文中的安全性評価

記載なし。

10. Abstractor のコメント

サッカー選手のトレーニング合宿期間中に鍼施術を行い、風邪兆候の発生状況と免疫機能への影響について検討した研究である。持続する高強度の運動により口腔内の免疫機能が低下することが明らかになっている。トレーニング合宿中に免疫機能の低下を想定していたが、SIgA レベル変化はみられなかった。しかし、鍼刺激により SIgA が一過性に増加したことや、風邪症候の発生が少なかったことは非常に興味深い。鍼施術がスポーツ選手のコンディショニングに役立つことを示す貴重な研究である。コンディション維持に最も有効なスポーツ選手の状況や鍼施術のタイミングについては検証が必要であり、今回の成果と課題を踏まえた臨床研究を期待したい。

11. Abstractor and date

近藤宏 2015.2.2