

文献 38

Akimoto T1, Nakahori C, Aizawa K, Kimura F, Fukubayashi T, Kono I. Acupuncture and responses of immunologic and endocrine markers during competition. Medicine and science in sports and exercise. 2003; 35(8): 1296-302. MEDLINE ID: 12900681

1. 目的

大会期間中の女子サッカー選手の身体の健康に対する鍼治療の効果を検討する。

2. 研究デザイン

比較臨床試験 (CCT)

3. セッティング

記載なし。

4. 参加者

エリートサッカー選手 21 名、女性

(アレルギーや急性感染症はない。生理はノーマルで経口避妊薬は服用していない。スポーツドクターによるメディカルチェックにパスしている。)

5. 介入

Arm1: 鍼治療群 9 名

Arm2: コントロール群 12 名

鍼: 毫鍼 (セイリン社製 2 番 40mm) と円皮鍼 (セイリン社製 セイリン Jr. 1.2mm)

経穴: 両側の合谷、足三里/低周波鍼通電療法 2Hz、20min、頬車、孔最/円皮鍼貼付 15min

方法: 大会期間中、試合の 4 時間後の夜

術者: 10 年以上の経験者

6. 主なアウトカム評価項目

1) 唾液中の免疫グロブリン A (SIgA) とコルチゾル

2) 筋の張り、疲労感、身体の重感、柔軟性を 5 段階評価した。

3) Profile of Mood States (POMS)

7. 主な結果

大会期間中の SIgA に変化について、コントロール群は有意に減少したが鍼治療群は維持していた ($P < 0.05$)。コルチゾルは、2 日目と 3 日目に鍼治療群の方がコントロール群よりも有意に低値であった ($P < 0.05$)。また、一部の期間で筋緊張と疲労感について、コントロール群よりも鍼治療群が良かった ($P < 0.01$ または $P < 0.05$)。

8. 結論

鍼治療は、女性アスリートの大会期間中の唾液中の免疫グロブリン A (SIgA) の低下を防ぎ、筋緊張や疲労感を悪化させないことから、身体のコンディションに寄与する可能性がある。

9. 論文中的安全性評価

記載なし。

10. Abstractor のコメント

スポーツ選手にとって、大会期間中の体調管理は重要な課題である。本研究は、唾液中の免疫グロブリン A (SIgA) を指標として、鍼治療の免疫系に対する影響を検討している。鍼治療によって SIgA の低下を抑制した結果は、鍼治療が大会期間という身体や精神的に特殊な環境にある選手の体調管理に大いに役立つ可能性を示した。特に、ドーピング問題が叫ばれている昨今、安易な服薬は控えたいところであるが、睡眠や栄養等以外にも体調管理のツールが示されることは非常に有益である。今後も広く研究を進めてエビデンスを構築し、現場に広がっていくことを期待したい。

11. Abstractor and date

櫻庭陽 2016. 4. 1