

## 文献 48

Ehrlich D, Haber P. Influence of acupuncture on physical performance capacity and haemodynamic parameters. International journal of sports medicine. 1992; 13(6): 486-491. MEDLINE ID: 1428381

### 1. 目的

身体能力や血流調節に対し、繰り返し鍼治療を行うことに対する影響を評価する。

### 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

19歳から29歳までの健康な成人男性 36名

### 5. 介入

Arm1: 実際の鍼群 (V群); 20分間の鍼治療を受ける 12名

Arm2: プラセボ鍼群 (P群); V群で用いた部位から2~3cm離れた場所への鍼治療を行う 12名

Arm3: コントロール群 (C群); 治療を行わない 12名

使用経穴: 百会穴、鳩尾穴、膏肓穴、章門穴、内関穴、足三里穴、三陰交穴 (初回は百会穴と足三里穴のみ使用)

治療頻度および回数; 1回/週×5回

運動負荷; 自転車エルゴメーター

### 6. 主なアウトカム評価項目

心拍数、収縮期血圧、最大酸素摂取量、嫌気性代謝閾値 (AT値)

### 7. 主な結果

運動前後の心拍数はC群で低値を示し、運動3分後ではV群のみ低値を示した。100Wにおける血圧はV群が運動後に低値を示した。C群の血圧は200Wの運動後で有意に高値を示し、この仕事量における血圧の変化量は、V群とC群の間で有意差がみられた。V群では、5週後に仕事量の最大値が増加した。心拍数の最大値の変化量はV群の方がC群よりも有意に低下した。嫌気性代謝閾値はV群において改善を、C群において減少した。

### 8. 結論

鍼治療群において、鍼の有効性を示す肯定的な結果を得ることができた。しかし、鍼治療は総合的な概念に基づく治療を行うため、個々に応じた治療等の配慮を行った上で検討する必要がある。

### 9. 論文中の安全性評価

記載なし。

### 10. Abstractor のコメント

本研究は循環器系や呼吸器系の指標を中心とした運動パフォーマンスに関する研究である。経穴を用いるか否かがパフォーマンスに影響を与えた点は大変興味深い。5週間の実験期間を3回繰り返した場合、実験期間の長期化が懸念されるが、クロスオーバーを用い、同一被験者が3つ群を全て比較し検討した結果も気になる。心理的要因についても考察されていたが、その要素を評価した形跡はない。これらの点を踏まえ、今後の成果を期待したい。

### 11. Abstractor and date

池宗佐知子 2016.4.15