

文献 53

Perlman AI, Ali A, Njike VY, Hom D, Davidi A, Gould-Fogerite S, Milak C, Katz DL. Massage therapy for osteoarthritis of the knee: a randomized dose-finding trial. PloS one. 2012;7(2): e30248. MEDLINE ID 22347369

1. 目的

変形性膝関節症に対するマッサージの効果的な治療頻度、時間を明らかにする。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

新聞広告とビラ、プレスリリースを通してリビングストン、ニュージャージーと南コネチカットに求人が行われた。

4. 参加者

変形性膝関節症患者 125 名

5. 介入

Swedish massage。

グループ 1: 週 1 回、30 分間のマッサージを 8 週間(計 240 分)

グループ 2: 最初の 4 週間は週 2 回、残りの 4 週間は週 1 回、30 分間のマッサージ(計 360 分)

グループ 3: 週 1 回、60 分間のマッサージを 8 週間(計 480 分)

グループ 4: 最初の 4 週間は週 2 回、残りの 4 週間は週 1 回、60 分間のマッサージ(計 720 分)
マッサージなしのグループ

6. 主なアウトカム評価項目

WOMAC (pain 痛み、stiffness こわばり、functionality 身体機能、global 総合)、痛み(VAS)、50feet walk、関節可動域(ROM)

7. 主な結果

8 週間後の WOMAC の総合スコアでは、60 分間のマッサージグループ(3、4)でマッサージなしグループと比較して有意に改善した。「こわばり」はマッサージグループ(1~4)で改善幅が大きかったが、マッサージなしグループと比較して有意な差は認められなかった。「身体機能」はグループ 3、4 がマッサージなしグループと比較して有意に改善した。痛み(VAS)は全てのグループで改善したが、グループ 3、4 はマッサージなしグループと比較して有意に改善した。50feet walk はグループ 1 を除き短縮したが、グループ間で有意な差は認められなかった。関節可動域は全てのグループ間に有意な差は認められなかったが、グループ 4 で介入前と比較して有意に改善した。8 週間の介入後の WOMAC 総合スコアの変化に基づく用量反応曲線は、マッサージの合計時間が長くなるにつれて改善効果を増加させるが、1 週間に 60 分(計 480 分)のグループ 3 で横ばいを示した。

8. 結論

コスト削減や一貫性、利便性から考えると、週 1 回 60 分のマッサージが最適であることが示唆された。この結果は将来の研究のための標準を確立した。

9. 論文中的安全性評価

記載なし。

10. Abstractor のコメント

変形性膝関節症に対する効果的なマッサージの時間と頻度を、痛みや機能から検討した研究である。週 1 回 60 分のマッサージが最も効果的であることを示した本研究は、実際の臨床における治療回数や時間に示唆を与えるものであり、今後のマッサージ研究の基礎となる有意義な内容である。

11. Abstractor and date

吉田行宏 2016. 4. 17