

文献 6

石松 菜摘, 天野 陽介. フットサル競技時における円皮鍼とキネシオテーピングの下腿筋に及ぼす影響. 東洋療法学校協会学会誌. 2018; 41: 42-45.

1. 目的

下腿三頭筋の遅発性筋痛に対する円皮鍼とキネシオテーピングの効果を検討する。

2. 研究デザイン

非ランダム化比較試験

3. セッティング

記載なし

4. 参加者

フットサルリーグ所属チームのサテライト選手 13 名 (平均 20.6 歳)

5. 介入

1) 円皮鍼：

試合前に PYONEX (0.6 mm) を左右の合陽、承筋、承山、築賓に貼付してプレーし、試合後に剥がす。

2) キネシオテーピング：

試合前にキネシオロジーテープを下腿三頭筋の走行に合わせて貼付してプレーし、試合後に剥がす。

3) 無処置群

割付方法の記載はなし。上記介入を 2 日間実施。

6. 主なアウトカム評価項目

試合前後の下腿の痛みを日本語版 Talag scale (JTS) で評価。

7. 主な結果

2 日間とも試合前後の JTS に 3 群で有意な差はなかった。

8. 結論

フットサルの試合による負荷に伴う下腿三頭筋の遅発性筋痛には、円皮鍼、キネシオテープとも明確な効果は認めなかった。

9. 論文中の安全性評価

記載なし

10. Abstractor のコメント

スポーツ現場で実施される機会の多い円皮鍼を、実際の競技の中で検討している点では意味のある研究と考える。しかしながら、割付方法の記載がないことや、下腿三頭筋への負荷量の定量化、評価対象となっている遅発性筋痛が実際に生じている根拠など、研究デザインには改善が必要と考える。本研究では効果は認められなかったが、スポーツ現場における円皮鍼の効果については今後の研究の発展が望まれる。

11. Abstractor and date

吉田行宏 2021. 2. 14