

文献 5

Davis, Lake Ashley; Myers, Heather; Aefsky, Brett; Butler, Robert. Immediate and short term effect of dry needling on triceps surae range of motion and functional movement: a randomized trial. International Journal of Sports Physical Therapy. 2018; 13(2): 185-195.

1. 目的

健常男性に対するドライニードル、ドライニードル+ストレッチング、ストレッチングの効果を比較する。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験（乱数表を用いて割付）

3. セッティング

記載なし

4. 参加者

健常男性 36 名（18～30 歳）のうち、適応条件に当てはまった 30 名

5. 介入

ドライニードル（DN）群(30名)、ドライニードル+ストレッチング（Stretch+DN）群（30名）、ストレッチング（Stretch）群（30 名）に分け、DN では下腿三頭筋のトリガーポイントに対してピストン手技によりのローカルツイッチ反応をおこした。ストレッチングでは両側の腓腹筋とヒラメ筋に対するセルフストレッチをホームエクササイズとして実施した。

6. 主なアウトカム評価項目

ROM（他動的背屈角度、片膝立ち荷重時背屈角度、立位荷重時背屈角度）、オーバーヘッドスクワット、Y バランステスト

7. 主な結果

ディープスクワットにおいて、DN 群は有意な改善を認めたが、DN+Stretch 群、Stretch 群においては変化を認めなかった。また、その他の測定項目については、すべての群において有意な差を認めなかった。

8. 結論

DN による下腿三頭筋のトリガーポイントの刺激は、オーバーヘッドディープスクワットの動作パターンを即時的に短期間、改善した。全ての介入は、ROM や機能的評価項目にも影響を与えない。

9. 論文中の安全性評価

記載なし

10. Abstractor のコメント

ドライニードルの効果を関節可動域のみではなく、機能的動作パターンを用いて評価している点が興味深い。著者も述べているが、サンプルサイズが小さく、統計学的な検出力が弱いことが懸念点である。

11. Abstractor and date

吉田成仁 2020.12.28