

氏名(本籍)	中村 満 (大阪府)
学位の種類	博士 (鍼灸学)
学位記番号	鍼博乙第17号
学位授与の日付	平成24年 3月 15日
学位授与の要件	大学院規則第34条第2項および学位規程第5条第2項該当
学位論文題目	介護予防としての運動プログラム・トレーニングとそれに併用する円皮鍼施鍼の包括的 QOL に及ぼす影響について
論文審査委員	(主査) 矢野 忠 (副査) 糸井 恵 (副査) 江川 雅人

論文内容の要旨

目的：本研究では高齢者における長期の運動プログラム・トレーニングの効果、および継続的にトレーニングを行っている高齢者に対する円皮鍼施鍼の併用が、高齢者のコンディショニング及び包括的 QOL にどのような影響を及ぼすかを検証した。

方法：対象者は65歳以上の高齢者40名で、本学の機能訓練教室にてトレーニングを3年以上継続している者とした。この中で3年間以上にわたり運動機能評価のできた16名については、長期トレーニングプログラムの運動機能に及ぼす効果について検討した。

トレーニングは、毎週2回、3か月を1クールとし、3年間実施した。評価は、膝伸展力、開眼片足立ちを含む10項目とし、これらの評価を1クール前後毎に行った。咀嚼力の評価は咀嚼力判定ガム使用し、栄養摂取状況は連続3日間の食事内容をもとに計算した。

円皮鍼は、28名を対象に足三里 (ST36) と三陰交 (SP6) の2穴に貼付し、2週間継続した。評価は、唾液中コルチゾールとクロモグラニン A (CgA) 濃度および SF-8™ とし、円皮鍼2週間施鍼前後で行った。

結果と考察：膝伸展力と開眼片足立ちの平均持続時間は有意な増加を示し、他の項目は変化しなかった。また、膝伸展力と咀嚼力および栄養摂取状況は正の相関を示した。一方、唾液中コルチゾールは円皮鍼2週間施鍼終了後でトレーニング前に比してトレーニング後で有意に減少した。しかし、唾液中 CgA は変化しなかった。SF-8™ では身体的 QOL は向上し、精神的 QOL は上昇傾向を示し、「身体の日常役割機能」、「活力」、「全体的健康感」は改善した。

以上のことから長期トレーニングプログラムは、高齢者の歩行能力とバランス能力を改善するとともに他の運動機能の低下を予防し、加えて咀嚼力と良好な栄養摂取状態を維持するうえで効果的である可能性が示されたことから、介護予防の有効な方法であることが示唆された。また、トレーニングに円皮鍼療法を併用することで心身の QOL 向上と主観的な健康指標の向上にも繋がったことから、長期にわたるトレーニングを継続させる有効な方法になり得ることが示された。

論文審査の結果の要旨

本論文は、高齢者における長期の運動プログラム・トレーニングの効果、および継続的にトレーニングを行っている高齢者に対する円皮鍼施鍼の併用が、高齢者のコンディショニング及び包括的 QOL にどのような影響を及ぼすかを検証したものである。

論文は、トレーニングの運動機能に及ぼす効果とトレーニングに併用する円皮鍼の包括的 QOL に及ぼす効果に関する研究から成っている。

対象者は 65 歳以上の高齢者 40 名で、機能訓練教室にてトレーニングを 3 年以上継続している者とした。この中で 3 年間以上にわたり運動機能評価のできた 16 名については、長期トレーニングプログラムの運動機能に及ぼす効果について検討した。トレーニングは、毎週 2 回、3 ヶ月を 1 クールとし、3 年間実施した。評価は、膝伸展力、開眼片足立ちを含む 10 項目とし、これらの評価を 1 クール前後毎に行った。加えて咀嚼力(咀嚼力判定ガム使用、N=40)と栄養摂取状況(連続 3 日間の食事内容より算出、N=28)を測定した。その際、対照群としてディーケアサービス利用者 27 名を設定した。

円皮鍼は、28 名を対象に足三里 (ST36) と三陰交 (SP6) の 2 穴に貼付し、2 週間継続した。評価は、唾液中コルチゾールとクロモグラニン A (CgA) 濃度および SF-8™ とし、円皮鍼 2 週間施鍼前後で行った。

その結果、膝伸展力と開眼片足立ちの平均持続時間は有意な増加を示し、他の項目は変化しなかった。また、膝伸展力と咀嚼力および栄養摂取状況は正の相関を示した。一方、唾液中コルチゾールは円皮鍼 2 週間施鍼終了後でトレーニング前に比してトレーニング後で有意に減少した。しかし、唾液中 CgA は変化しなかった。SF-8™ では身体的 QOL は向上し、精神的 QOL は上昇傾向を示し、「身体の日常役割機能」、「活力」、「全体的健康感」は改善した。

以上のことから長期トレーニングプログラムは、高齢者の歩行能力とバランス能力を改善するとともに他の運動機能の低下を予防し、加えて咀嚼力と良好な栄養摂取状態を維持するうえで効果的である可能性が示されたことから、介護予防の有効な方法であることが示唆された。また、トレーニングに円皮鍼療法を併用することで心身の QOL 向上と主観的な健康指標の向上にも繋がったことから、長期にわたるトレーニングを継続させる有効な方法になり得ることが示された。

上記の研究成果は、ロコモティブシンドロームや運動器不安症の予防をはかり、介護予防につながることを示唆したことから、超高齢社会を迎えようとしている我が国においては大変意義あるものである。しかも、高齢者の健康長寿を促すためのプログラムとして、運動と円皮鍼による統合型プログラムの有効性と有用性を示したことは、高齢医療における鍼灸医療の役割と意義を明らかにしたことは、高齢者のための鍼灸(高齢鍼灸学)に道を拓く研究として価値あるものであり、高齢鍼灸学の発展に大きく寄与するものである。

よって本論文は、鍼灸学博士の学位に値するものと認める。

(主論文公表誌)

日本温泉気候物理医学会雑誌 第 75 巻 平成 24 年