

マッサージが生体に与える影響に関する研究

体幹(頸肩背腰殿部)へのマッサージが
下肢血流、上下肢皮膚温、心臓自律神経系に及ぼす影響

保健科学部・教授

近藤 宏

キーワード

大学院修士課程、マッサージ、あん摩、酸素化ヘモグロビン、皮膚温、自律神経機能

研究概要

研究目的：

健康人を対象にあん摩を含むマッサージ刺激による遠隔部の影響について検討するため、腹臥位での体幹部へマッサージを行い、NIRS(Near-Infrared spectroscopy:近赤外線分光法)を用いた下腿部の筋酸素化動態、血流量、四肢の皮膚温、心拍変動を指標に、臥位安静との比較分析を行った。

研究結果：

トータルヘモグロビン、酸素化ヘモグロビンは、マッサージ群において介入前と比較して介入10分後で有意に上昇した($P<0.05\%$)。血流量はマッサージ群、臥位安静群ともに介入前と比較して介入10分後で有意に上昇した($P<0.05\%$)。2群の間に有意差はみられなかった。脱酸素化ヘモグロビン、皮膚温、心拍上昇幅に群間及び群内で有意差はみられなかった。事前問診では実験に支障となる項目はなく、事後問診では全員がマッサージの刺激は適切で、実験室の温度も適切と回答し、体が温かくなったと回答した者は14人/15人中であった。

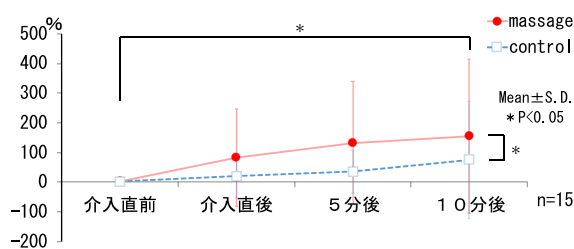


図.酸素化ヘモグロビンの介入前後での変化

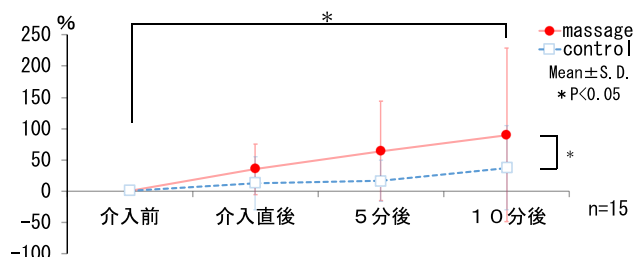


図.トータルヘモグロビンの介入前後での変化

参考文献：

- ・宮村 大地, 近藤 宏.体幹部へのマッサージが下腿の筋酸素化動態に及ぼす影響. 日本東洋医学系物理療法学会雑誌.2022; 47(2): 77-83.



応用例・用途

本研究は、体幹へのマッサージが下腿の筋酸素化動態に影響を及ぼす可能性を示した貴重な研究である。本研究の成果を基盤に今後のマッサージが生体に及ぼす影響を探究する上でもさらに検討を進めることが可能となる。本研究の推進は、あん摩マッサージ指圧理論における現代医学的研究による治効理論の解明に繋がる。



国立大学法人 筑波技術大学 学術・研究委員会

【問い合わせ先】

〒305-8520 茨城県つくば市天久保4-3-15

TEL : 029-858-9339 FAX : 029-858-9312

大学戦略課 企画戦略係

E-MAIL : kenkyo@ad.tsukuba-tech.ac.jp