

研究成果要旨

研究テーマ「軽擦法（Swedish massage）における効果判定尺度の開発」

研究組織

研究（代表）者：日本赤十字豊田看護大学・准教授・中島佳緒里

共同研究者：日本赤十字豊田看護大学・教授・山田聡子

日本赤十字豊田看護大学・講師・竹内貴子

日本赤十字豊田看護大学・助教・加藤広美

キーワード 軽擦法（Swedish massage），リラクセーション，身体反応，効果指標

研究報告

（１）研究の背景・目的

本研究は，軽擦法の効果判定尺度を作成する基礎資料として，先行研究から軽擦法による効果指標を抽出し，その特徴を明らかにすることを目的とした。さらに，抽出された効果指標が再現できるのかを確認した。

（２）研究方法

医学中央雑誌 web を用いて，「軽擦法」「タクティールケア」をキーワードに 2011 年以降 7 年間を検索し，援助者による直接的な介入で，主観的ならびに客観的指標を使用して論文 20 件を分析した。これらの文献を，基礎研究（11 件）と臨床研究（9 件）に分け，効果が得られた指標について分類・整理した。

（２）研究結果

①研究デザイン：研究デザインは，無作為比較試験 0 件，クロスオーバー試験 3 件，被験者間比較試験 2 件，コントロールのある被験者内比較試験 6 件，前後比較試験 8 件，記述 3 件であった。

②介入時の反応：介入後の反応のうち効果が認められた主観的指標の項目は，【気分の改善】【快・気持ちよさ】【身体反応】【症状緩和】【行動の変化】に分類された。客観的指標は，【バイタルサイン】【自律神経活動（ECG）】【自律神経活動（唾液）】【脳波】【表面温度】に分類された。基礎研究では，全ての報告で何らかの客観的指標を測定していたが，臨床研究では【バイタルサイン】【自律神経活動（唾液）】【表面温度】の結果が数件報告されただけであった。すべての報告で効果が確認されたのは，【自律神経活動（ECG）】の HF と【表面温度】であった。

③指標の再現性：パイロットスタディでは，副交感神経活動を示す HR の低下，HF の亢進，体表面温度の上昇が認められ，主観的には覚醒，温覚，脱力感に関する表現語が選択

された。

(4) 考察

今回調査した文献からは、量的指標を使って統計学的に検討する報告が増えてきているが、対象者数が少なく、様々な尺度や測定方法が使用されていたため、評価指標の信頼性や妥当性を確認することはできなかった。一方、抽出された指標の再現性については、覚醒や脱力感と心拍数低下や HF の亢進、温感と体表面温度の上昇といった主観指標と客観指標の一致が確認された。これらのことから覚醒、脱力感、温感が効果測定の指標になりうると考えられた。

(5) 結論

軽擦法に関する文献 20 件を用いて評価指標について検討した。多くの報告で支持された指標は、主観的には【快・気持ちよさ】、【身体反応】の覚醒・温感・脱力感、【症状緩和】の疼痛・緊張緩和であり、客観的には脈拍あるいは心拍、体表面温度であった。これらの指標を用いたパイロットスタディでは、副交感神経活動を示す HR の低下、HF の亢進、体表面温度の上昇が認められ、主観的には覚醒、温覚、脱力感に関する表現語が選択された。

(6) 謝辞

実験にご協力いただきました皆様に感謝する。なお、本研究は「学校法人日本赤十字学園赤十字と看護・介護に関する研究助成（平成 28 年度・平成 29 年度）」により助成を受けた。

(7) 引用文献

天野真希,長谷川智子,礪波利圭,上原佳子,佐々木百恵,北野華奈恵(2012). 手のタクティールケアによるリラクセーション効果の検証. 日本看護医療学会雑誌, 14, 25-33

青柳隆真, 上田翔, 中村亮太, 井上亮文, 市村哲(2007).サーモカメラを用いた情動検出に関する研究. 情報処理学会第 69 回全国大会, 4-231-232

Crist,D.A., Rickard, H.C., Prentice-Dunn,S., & Barker,H.R.)1989). The relaxation inventory: Self-report scales of relaxation training effect. *Journal of Personally assessment*, 53, 716-726

藤田佳子,河野保子(2011). 背部マッサージによる成人男性の身体的・精神的影響. 宇部フロンティア大学看護学ジャーナル, 4, 37-43

萩原裕美,山下美根子(2011). 認知症患者へのタクティールケアの効果について. 看護実践の科学, 36, 58-63,

市川恭子,佐久間佐織,小澤香奈恵,石田弘子(2013). 健康な若年成人を対象としたタクティールケアのリラクセーション効果. 愛知きわみ看護短期大学紀要, 9, 55-60

今井必生,安田賢三,西野直樹(2012). 身体接触と精神障害者の不安 無作為比較試験. 研究助成報告集, 24, 1-4

- 金子眞由美,乗松貞子(2012). 腰背部温罨法における湿熱法と乾熱法によるリラクセーション効果の検討. 日本看護研究学会誌, 35, 37-46
- 加藤京里(2010). 腰背部温罨法の快の性質 負荷からの回復過程における快不快と自律神経活動の変化から. 日本看護技術学会誌, 9, 4-13
- 河野由美子,小泉由美,酒井桂子,久司一葉,岡山未来,坂井恵子,坪本他喜子,橋本智美,北本福美(2013). 更年期女性へのタクティールケア介入における生理的・心理的效果. 日本看護研究学会雑誌, 36, 29-37
- 菊本由里,河野由美(2014). 認知症高齢者へのタクティールケアの有効性についてー不安尺度と唾液アミラーゼ活性値からー. 畿央大学紀要, 11, 29-37
- 小板橋喜久代(2011). 臨床看護にリラクセーション法を取り入れることを目指してー看護介入としてのリラクセーション法の研究・教育・実践ー. 北関東医学, 65, 1-10
- 小泉由美,河野由美子,久司一葉,木本未来,坂井恵子,酒井桂子,坪本他喜子,橋本智美,北本福美(2012). タクティールケア実践記録からみる効果の内容分析. 日本看護研究学会雑誌, 35, 91-99
- N.Sritoomma, Wendy Moyle, Marie Cooke(2014). The effectiveness of Swedish massage with aromatic ginger oil in treating chronic low back pain in older adults: A randomized control trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 22, 26-33
- 宮地芳恵,水戸多佳子,有田麻記子,柘植恭子,相馬智子(2016). 手術前の患者に対するタクティールケアの効果. 第46回日本看護学会論文集急性期看護, 46, 55-58
- 緒方真紀子(2015). ソフトマッサージの効果ー脳波による検討ー. 南九州看護研究誌, 13, 13-20
- 苧阪直行(1999). 感性のことばを研究するー擬音語・擬態語に読む心のありか. 新曜社
- 酒井桂子,坂井恵子,坪本他喜子,小泉由美,久司一葉,木本未来,河野由美子,橋本智美,北本福美(2012). 健康な女性に対するタクティールケアの生理的・心理的效果. 日本看護研究学会雑誌, 35, 145-152
- 酒井桂子,坂井恵子,松井優子,小泉由美,河野由美子,岡山未来,久司一葉(2014). 月経痛を有する青年期女性に対するタクティールケアの症状緩和効果. 看護実践学会誌, 26, 117-124
- 坂井恵子,松井優子,酒井桂子,小泉由美,河野由美子,岡山未来,我妻孝則,久司一葉(2014). 外来化学療法中の乳がん患者に対するタクティールケアの効果. 看護実践学会誌, 27, 9-17
- 榊原雅人,寺本安隆,谷伊織(2014). リラクセーション評価尺度短縮版の開発. 心理学研究, 85, 284-293
- 須賀京子,蓑貴子,清水加那,塚本祥子(2013). 手のタクティールマッサージによるリラクセーション効果ー実施時間による効果の検討ー. 医学と生物学, 157, 973-978
- 鈴木みずえ,木本明恵,中島怜子,長谷川拓也,中込敏寛(2012). 認知症高齢者の家族介護者に

対するソフトマッサージ（タクティールケア）のストレス介護負担の緩和，健康回復に関する有効性の検討．日本早期認知症学会誌, 9, 32-40

鈴木みずえ,木本明恵,中島怜子,長谷川拓也,中込敏寛(2016). タクティールケアの心理・生理機能に及ぼす効果 心理尺度・脳波・心拍変動を用いた評価．日本早期認知症学会誌, 9, 32-40

徳田完二(2011).心理的リラクセーション尺度（ERS）の利点と基準関連妥当性．立命館人間科学研究, 23, 1-9

山口創(2011). 感情の喚起に及ぼす身体機能に関する健康心理学的研究－身体感覚を中心として－．下顎研究費補助金研究成果報告書

山本詩織(2015). 健康な女性に対する背部タクティールケアのリラクセーション効果－衣服の有無による比較－．京都中央看護保健大学校紀要, 22, 11-24

山本裕子,梅田智広,溝口幸枝,長尾匡子,東瀬戸久子(2016). 心拍変数を用いたタクティールタッチの有効性の検証－成人女性を対象にして－．千里金蘭大学紀要, 13, 141-147

善住秀行, 南雲和幸, 野澤昭雄, 田中久弥, 井出英人(2002). 鼻部熱画像を用いた快－不快状態の推定．FIT フォーラム 2002, 459-460

屋敷久美,小島賢子,南部登志江(2013). タクティールタッチ施行前後におけるローレンツプロット情報および感情状態の変化による効果の検討．大成学院大学紀要, 15, 219-224

渡辺美保,福田和美(2014). がん患者を対象とした全人的苦痛に対するタクティールケア効果．日本看護医療学会雑誌, 16, 40-48