

文献

Kenyon Nakakita Michiko. Randomized controlled trial on the relaxation effects of back massages for puerperants on the first post-partum day. *Japan Journal of Nursing Science*. 2015; 12(2): 87-98. 医中誌 web ID 2016079996

産褥1日目の褥婦に対する背部マッサージのリラクゼーション効果に関する無作為化比較試験

1. 目的

生理学のおよび心理的な指標により、産褥1日目の褥婦に対する背部マッサージのリラクゼーション効果を検討する。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験

3. セッティング

神奈川県下の産婦人科クリニック内

4. 参加者

妊娠・出産が正常な健康な褥婦 101 人。帝王切開で出産した者、背部マッサージを心配している者、循環器疾患や心血管疾患などの合併症を有する者は除外した。

5. 介入

Arm 1: マッサージ群 53 人 (初産婦 27 人、経産婦 26 人)

無香料グレープシードオイルを使用し、頸部、背腰部、肩甲骨周囲部、上腕部に対して揉捏法、軽擦法、圧迫法によるマッサージを 20 分間実施した。

Arm 2: 対照群 48 人 (初産婦 23 人、経産婦 25 人)

座位姿勢で安静を 20 分間維持した。

6. 主なアウトカム評価項目

生理学的指標：心電図による心拍変動、および周波数解析による副交感神経活動（高周波、HF）、交感神経活動（低周波、LF/HF）、血圧を評価した。測定は、介入前、介入開始後 10～15 分、介入終了直前に行った。

心理的指標：リラクゼーション感に関する 4 つの項目からなる RE スコア（それぞれ 10 点満点）で評価した。測定は、介入前後と翌朝に行った。

7. 主な結果

初産婦と経産婦に分けて分析を行ったところ、初産婦と経産婦の両方で、マッサージ群と対照群の間で心拍変動と拡張期血圧に有意差 ($p < 0.05$) がみられ、マッサージ群で生理学的指標の軽減がみられた。また、経産婦でのみ、介入前後で HF に有意差 ($p < 0.05$) がみられた。RE スコアは初産婦と経産婦の両方で介入後に有意差 ($p < 0.05$) がみられた。

8. 結論

産褥1日目の褥婦に対する背部マッサージは、心理的リラクゼーションを与えることができる。また、生理学的指標の一部（心拍変動と拡張期血圧）に影響を与え、リラクゼーション効果を示した。一方で、初産婦と経産婦では異なるリラクゼーション効果を示す可能性がある。

9. 論文中の安全性評価

記載なし

10. Abstractor のコメント

産褥1日目の褥婦に対する背部マッサージのリラクゼーション効果を生理学的および心理的指標により検討した大変貴重な研究である。初産婦と経産婦に分けて分析を行い、初産婦と経産婦では異なるリラクゼーション効果を示唆したことについては非常に興味深い。一方で、本研究では介入1回のみでの効果を検討しており、今後、継続的な介入によるリラクゼーション効果についての検討を期待したい。

11. Abstractor and date

近藤宏 2021.12.12