

頭頸部への連続的な施術による心理生理的な作用の解析

○大澤 訓永¹⁾、矢田幸博²⁾

1)日本BMK美健協会、2) 筑波大学大学院グローバル教育院

背景

近年、健康美容志向の高まりから医療目的以外にも老化予防のための美容施術、心身のリラクゼーションを目的とした療法施術、あるいは、身体機能の回復、維持を目的とした施術など様々な施術法が提案されているが、施術者の経験や既存の施術法を改良した手法が多く、科学的な評価手法に基づいてその有効性を検証したものは、少ないと言わざるを得ない。

目的

そこで、演者らが実践している頭頸部への連続的な施術法(KAA-H&N;Kuninaga anatomical approach-Head and Neck : ;以下、KAA法と称する)を行った際の心身への作用を明らかにすることを目的に心理的効果、及び生理的な効果を検証したので報告する。

方法

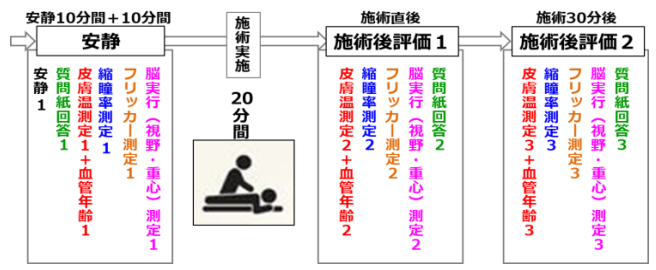
参加者：都内に在住する健康女性20名，平均年齢47.2±7.6歳を対象とした。

試験内容：KAA法による施術前、施術直後、及び施術30分後の心理・生理変化を検証した。

心理及び生理評価：多面的感情尺度、気分尺度(Visual Analog Scale ; VAS)を用いた。瞳孔対光測定と末梢皮膚温測定(自律神経活動の指標)、脈波による血管年齢測定(末梢循環機能の指標) さらにフリッカー値測定、脳活動測定及び脳実行機能測定(中枢神経活動の指標) を実施した。

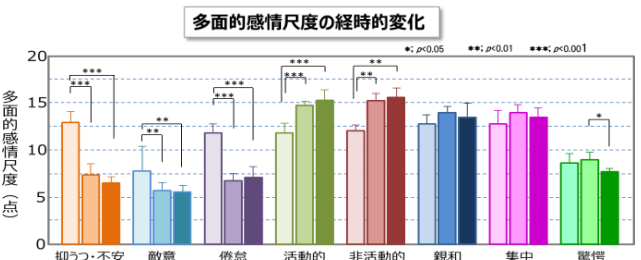


倫理的配慮：チヨダパラメディカルケアクリニックの倫理審査委員会の承認の下に参加者には、試験内容の説明、参加意志を確認し、同意書にて同意を得て実施した。

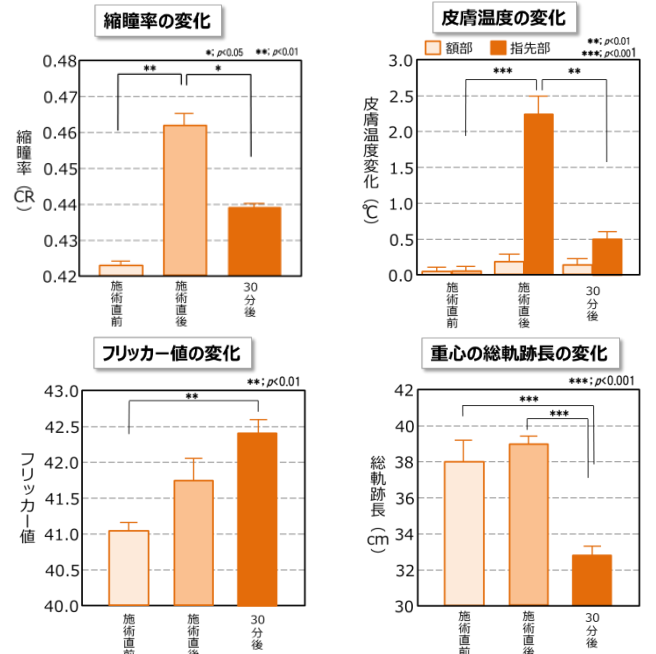


結果

心理的効果：多面的感情尺度のうち、“抑うつ・不安”、“敵意”、“倦怠”が有意に低下したが、30分後もその効果は、維持されていた。一方、“活動的”、“非活動的”感情は、施術直後ともに有意に上昇し、30分後でも維持されていた。



生理的効果：施術直後に有意な縮瞳率の上昇及び皮膚温の上昇(約2.1℃上昇)が観察された。なお、施術30分後には、縮瞳率も皮膚温もともに有意に低下し、施術前のレベルまで戻っていた。なお、施術直後には、血管年齢の変化は、認められなかったが、施術30分後では、有意な低下が認められた。脳年齢測定では、施術直後で有意な上昇が認められたが、施術30分後では、有意な低下が観察された。フリッカー測定及び30秒間の重心動揺測定では、施術直後では、有意な変化は、認められなかったが、30分後では、フリッカー値の有意な上昇と総軌跡長の有意な短縮が観察された。



結論

施術による生理機能(自律神経活動、中枢神経活動)の経時的な変化は、...
→施術直後；副交感神経活動優位(高リラックス状態)、脳機能は、一部低下した
→施術30分後；自律神経活動は、通常レベルに戻り、脳機能は、活性化されたことが示唆された。今後、さらに脳波の解析や関連するホルモン分泌の動態等についても解析を進めたい。

右図に経時的な変化をまとめた→

