

# 膝痛高齢者に対する鍼灸の効用 - システマティックレビュー -

介護予防マネジメントコース

5009A302-5 伊藤 久敬

研究指導教員：岡 浩一郎 准教授

## ．緒言

わが国の急速な高齢化への対策として平成19年度4月に「新健康フロンティア戦略」がまとめられた。この中で介護予防骨折予防及び膝痛・腰痛対策といった運動器疾患対策への推進が示され、骨折予防や膝痛・腰痛対策に着目したマニュアルの作成が必要とされている。

現状における高齢者の運動器疾患への対応は「介護予防」の推進により各地域にて効果は出ているものの、運動器疾患や高齢女性に罹患率の高い変形性膝関節症に伴う慢性疼痛や機能障害への効果は満足な状況が得られていない状況である。この問題を解決するために、従来の医療の枠にとられない新たな対応策が求められている。

欧米では代替医療への感心も高まっており、米国において1998年に設置された国立補完代替医療センターではNIH(国立衛生研究所)により1億2000万ドル(約138億円)の国家予算を割り当てており、積極的に代替医療の科学的解明を行っている。一方わが国における代替医療への関心は、鍼灸や漢方の長い歴史があるにもかかわらず国家単位での大規模な研究活動は欧米に比べ遅れをとっている。

## ．本研究の目的

本研究の目的は、高齢者における膝痛に対する鍼治療の効果に関する国内外の文献をレビューすることにより、今後の介護予防領域への鍼灸効果を提言することにある。また、鍼のエビデンスを検証することで今後の介護予防領域への鍼灸効果を提言することにある。国内外のRCTにて報告された研究を改めて検証し、介護予防に貢献できる可能性を探ったものである。

## ．方法

本研究では高齢者に対する鍼の効果を検証することを目的としていることから、介護予防の観点から高齢者予備軍として考えられる45歳以上を対象とした研究を調査対象に含めた。調査対象はすべてランダム化比較試験(RCT)によって行われた研究を対象とした。2009年10月に臨床研究の中から論文を、National Library of Medicine提供の「PubMed」、および医学中央雑誌刊行会提供の「医学中央雑誌」の2つの文献データベースを用いて膝OAに対する鍼治療のRCT論文を検索した。検索されたすべての論文は十分に精査し、各データを評価した。論文の抽出には選択基準と除外基準を設けた。各文献の評価には、システマティックレビューの評価において広く用いられているJadadのスコアリングシステムを用いた。

## ．結果

関連する検索条件を調べた結果、38篇が抽出された。さらに除外基準と照応させることにより、最終的に18件の文献が採択された。内訳は国外の文献が16件、国内の文献は2件であった。本稿で採択したRCT各研究では鍼との対照群において、無介入群のほかシャム鍼、運動療法、薬物療法の介入が行われた。これらすべての文献の結果は鍼の有効性を示していた。本研究におけるレビューに採用することができた18件の研究に3,757人の参加者が含まれた。研究の評価はすべてWOMACで行われていた。ほとんどの文献において被験者の平均年齢は60歳以上であり、女性の割合が平均68%(±15.2)であり60%を超えていた。また、研究の質の評価については、

Jadad スコアによる採点によれば、18 件のうち 5 件を除く研究が 3 点の結果となった。今回抽出された各研究の概要およびアウトカムを表 3 に示した。

#### ・考察

レビューの全体的な傾向から、変形性膝関節症への鍼の効果は、疼痛の軽減および膝の機能改善においてもプラセボ鍼や無処置群よりも有意に優れていることを示唆している。ほとんどの研究において痛みが減少がみられており、十分なサンプルサイズを得たものにおいても良好な結果を得られていることから、このレビューは信頼するに足りると言える。また、本研究において採択された参加者は 3,757 人に上り、全研究において参加者の年齢が 60 歳以上であることから、わが国の膝痛への鍼有効性を導き出すことも可能であり、介護予防におけるその効用もあることが期待できる。

1999 年以降のほとんどの研究において、膝痛の効果に対する指標として WOMAC が用いられており、本レビューでも同様の結果となった。各研究の結果については WOMAC pain において痛みが減少について良好な結果を得られたものも多いが、その効果は平均 6 週間に限られたものが多く、長期的な効果が認められた研究が少ないことから、今後は長期的に鍼治療を継続した研究デザインによる研究を行っていく必要がある。本レビューにおける「主な結果」の欄に記載された効果は、対照群との間に有意差が認められたもののみが記載されている。そのため、主な結果において WOMAC function における機能評価に有意差が認められなかったものは記載されていない。この結果から、鍼の効果については膝の痛みに対する評価できるが、膝の機能向上に関する改善度については不明な点が残された結果となった。

#### ・結論

本レビューは高齢者の膝 OA に対する鍼治療効果について書かれた文献を比較し、評価した結果からこのレビューが膝 OA への鍼の効果についての有効性を報告しており、全ての文献において被験者の年齢が 60 歳以上を対象に行われていること、また、女性に変形性膝関節症に多いとされるが、今回取り上げたレビューにおいても女性被験者の率が平均 60% 以上と高かったことから、わが国の高齢者における膝痛に役立つものである。このことから本研究は高齢者における鍼の効果の評価する点において目標を達成したといえる。先に述べたように、わが国で報告されている鍼の効果に関するシステマティックレビューの作成は、わが国の鍼の研究における研究デザインの質を向上させるのに役立つことが予想される。

また、将来の研究において以下のことが期待される。鍼が他の OA 治療の補助的なものとして用いられるとき、副作用を最少に抑えて鍼はその効果を最大限に発揮できるかについてである。例えば、わが国の慢性痛患者は薬剤療法を受けている割合が高率で存在する。本レビューからの結果でも、鍼の鎮痛効果は鍼を受けている患者の薬剤摂取量を減量することができる可能性を示唆しており、上手くペインコントロールが行われている患者に対し、薬剤治療の効果を損なわずに、薬剤の副作用を減弱させる効果についての研究が今後必要である。鍼治療単独での効果のみをみることも重要であるが、運動や理学療法などの物理療法と共に鍼を組み合わせることの相乗効果についても研究していく必要がある。今後は本稿をもとに、介護予防領域における鍼の効果検証を行うにあたり、メタ・アナリシスを行う上での基礎としたい。