サルコペニアに対する運動実践プログラムとフィードバックシステムの構築

渡邉 康晴[1)]，木村 啓作[2)]，梅田 雅宏[1)]
河合 裕子[1)]，村瀬 智一[3)]，樋口 敏宏[3)]

[1)] 医療情報学，[2)] 保健・老年鍼灸学，[3)] 脳神経外科学

加齢による筋力の衰え，いわゆる「サルコペニア」はQOLの低下や寝たきりなどの問題を引き起こす．この予防にはレジスタンストレーニング（RT）とバランストレーニング（BT）が有効である．そこで本研究では，運動によるサルコペニア予防を通して，高齢者が多い南丹地域に貢献することを目指す．具体的には，歩行機能の維持・改善と転倒予防に焦点を当て，下肢を対象とした集中トレーニングを実施する．腸腰筋，大腿四頭筋，ハムストリング，前脛骨筋に重点をおき，週2回，3ヶ月のトレーニングを行わせる．高齢者が自宅で安全に実施できる点を考慮し，RTにはゴムバンド，BTには開眼片足立ちとバランディスクを使用する運動プログラムとした．評価系として身長，体重，BMIの他，マスキュレーターを用いた筋力測定，開眼片足立ちテスト，MRIによる脂肪量および筋量の解析を行う．

現在，本学学生を対象とした予備実験が進行しており，最適な運動プログラムの模索段階にある．

慢性呼吸器疾患（気管支喘息，慢性閉塞性肺疾患，特発性間質性肺炎）に対する鍼灸治療の臨床効果に関する研究

―統合医療の臨床研究フィールド確立の一環として―

苗村 建慈
（共同研究者：福田 晋平，江川 雅人）

（目的）

1）社会の高齢化により増加している，慢性呼吸器疾患に対する鍼灸治療の臨床研究を進め，鍼灸治療を現代医学の標準的治療と併用し，補完医療としてどのような効果があるか，研究を進めていくことが，高齢化社会の地域医療に貢献するものと考えられる．現代医学の診療に鍼灸治療を併用した統合医療の場として，臨床研究のフィールドを，附属病院と鍼灸センターを中心として確立していくことが，地域医療に寄与し，補完医療として鍼灸治療を研究していくために，必要と考えられる．

2）これらの臨床研究を通して，内科疾患に対する補完医療としての鍼灸治療を実践できる人材を養成する．教員，研究者の養成とともに，統合医療を実践できる鍼灸師の教育にも寄与するものと考えられる．

（研究の概要）

1. 気管支喘息について，喘息の重症度をプライマリー・エンドポイントとし，喘息の病態である気道過敏性の亢進，気管支喘息の病因である気道炎症が，鍼灸治療により改善するかを検討する．

2. COPDの主症状の呼吸困難と運動耐容能の改善をプライマリー・エンドポイントとし，全身性の慢性炎症を示すバイオマーカーについて，鍼灸治療の効果を検討する．

3. 特発性間質性肺炎について，COPDと同様，呼吸困難感，運動耐容能の改善をプライマリー・エンドポイントとし，間質性肺炎の活動性を示すバイオマーカーについて，鍼灸治療の効果を検討する．

The Bulletin of Meiji University of Integrative Medicine