The Bulletin of Meiji University of Integrative Medicine

ラベンダーの香りが機械痛覚閾値に及ぼす影響

定盛 展也，山中 一星，岡田 薫

生理学教室

【目的】近年，アロマセラピーはホスピスや看護領域において癌患者への疼痛管理のアプローチとして広く用いられるようになっているが，その詳細については不明な点が多い．本研究では，鎮痛効果があるとされるラベンダーの香り刺激による機械的痛覚閾値に対する影響を調べた．
【方法】同意の得られた健康成人 10 名を対象とした．機械痛覚閾値は，被験者の左前腕内側中央 2cm×2cm 領域内の 5 箇所で測定した．ラベンダーオイルは，超音波式のディフューザーで気化させ被験者に吸引させた．
【結果】ラベンダーの香りを嗅がせなかったコントロール群では, pre, after とも数値は安定しており，アロマ群ではやや after の値が上昇したものの，群間比較では有意な差は確認されなかった．ラベンダーの香りに対する被験者の好みで分けて変化率を比較したところ，好きと答えたグループと普通と答えたグループのあいだに有意な差が認められた．
【考察】嗅覚情報は大脳辺縁系に情報が送られることから，快や不快の情動や本能行動に関与すると考えられている．今回，ラベンダーの香り刺激によってアロマ群とコントロール群で有意差が出なかった理由のひとつに，ラベンダーの香りの好きか嫌いが関係した可能性があることが示唆された．

家庭でのセルフケアが子どもの健康状態に及ぼす影響

加藤 雄士，曽山 成美，原 智美，田口 玲奈，北小路 博司

明治国際医療大学鍼灸学部臨床鍼灸学講座

【目的】家庭でのセルフケアが，子どもの健康状態に及ぼす影響を調査した．
【方法】研究の同意が得られた保育園に登園する 23 組の親子を，セルフケア介入群 12 組と非介入群 11 組にわけ，セルフケアが子どもの健康状態に及ぼす影響を調査した．介入群では，研究開始時に母親に子どもの手足・胸腹部・背部など全身への接触刺激（ローラー鍼で 5 分間）を週に 2 回，4 週間行うように指導した．子どもの健康状態の評価には，独自に作成した健康チェック表と，子どもの睡眠・かんむしなどの程度を評価できる「小児はり問診票」を用い，研究開始時（前）と介入 4 週間後（後）で比較した．
【結果】介入群および非介入群の子どもの平均月齢，男女比，母親の平均年齢に差はなかった．健康チェック表による子どもの健康状態に大きな差はなかった．4 週間の健康チェック表による子どもの健康状態は，両群で差はなかった（介入群：26.3 点，非介入群：25.8 点）．小児はり問診票では，セルフケア介入群で叩く，噛みつく・物をなげつけるなどのかんむしと食欲不振の項目において，有意な低下がみられた（$p<0.001$，$p<0.05$）．一方，睡眠や便通，アレルギーなど他の項目については著明な変化はみられなかった．
【考察および結語】今回の研究対象となった乳幼児は，比較的，健康状態が良好であったため，健康チェック表および小児はり問診票では，健康面での著明な変化を捉えることができなかったと考えられた．しかし，叩く，噛み付く・物をなげつけるなどのかんむし症状に対しては，家庭でのセルフケアが有効である可能性が考えられた．