

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 17 日現在

機関番号：23803

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2012～2015

課題番号：24660010

研究課題名(和文)重症心身障害児(者)に対するリフレクソロジーの効果に関する研究

研究課題名(英文) Reflexology effect brought to children(person) with severe motor and intellectual disabilities(SMID)

研究代表者

中垣 紀子(Nakagaki, Noriko)

静岡県立大学・看護学部・その他

研究者番号：10300055

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、重症心身障がい児(者)にリフレクソロジーを施行し、身体面・精神面にもたらす効果について、明らかにすることを目的とした。施術前後に、心拍数、SpO2、皮膚血流量、皮膚温、足関節の可動域の測定、顔色、表情、筋緊張等の変化の観察および保護者へのアンケートを実施した。結果として、リフレクソロジーの効果は、身体面や精神面に効果をもたらすことが明らかになった。多くの保護者が抹消冷感や排泄の改善、身体の緊張の緩和などの効果を感じていた。重症児(者)の安楽を促す援助の一つとして、日常的に実施することの有用性が示唆された。

about reflexology

研究成果の概要(英文)：The purpose of this research is to clear about reflexology effect brought to children(person) with severe motor and intellectual disabilities(SMID). We observed before and after reflexology, the heart rate, SpO2, the skin blood flow volume, the skin temperature, mobile levels of the ankle, the complexion, the tension of muscle and etc. And we investigated about reflexology to their parents. As a result, the following contents became clear. (1) The reflexology brought the effects to their body and spiritual. (2) Many parents felt the effect of the deletion cold sake feeling, the improvement of discharge and the tense relaxation of a body. (3) Reflexology was care which suggested relaxation to them.

研究分野：小児看護学

キーワード：リフレクソロジー 重症心身障害児(者)

1. 研究開始当初の背景

(1) リフレクソロジー (Reflexology) は、海外において、数年にわたる大量の実データの収集と実証的・科学的・医学的な検証を経て、通常の保険医療に組み込まれ、長期的な視点で施術内容と患者の症状の変化を記録・分析し、患者の QOL 向上に貢献している (Ren'ee Tanner, 2007)。わが国においては、健康成人のリラクゼーションや代替医療として着目されつつあるが、評価が不十分であり、有益な研究論文はまだ少ないといえる。研究者らは、重症心身障がい児 (者) の足を刺激することにより、筋緊張を和らげ、末梢の血液循環を良くし、各関節の動きを滑らかにするのではないかと考えた。

(2) 重症心身障がい児 (者) の多くは、四肢麻痺をはじめ、顔面・口腔・頸部・体幹の麻痺のため、運動機能障害や呼吸・摂食機能障害がある。また、筋緊張が強く、体幹・四肢・関節に変形や拘縮があり、体温調節機能障害、痙攣発作、便秘、下痢、嘔吐、呼吸困難、睡眠障害などの症状が出現しやすい。そして、成長とともに、呼吸、循環、消化吸収などの基本的機能が低下する。これらの症状について、薬剤だけに頼らず、看護援助の1つとしてリフレクソロジーを実施することで、かなり軽減できるのではないかとということに着目した。

(3) リフレクソロジー - について、客観的なデータ等で学術的な裏付けをすることによって、信頼性が得られるのではないかと考える。日々の看護において、適宜に有効に施行し、健康障害をもった子どもたちの QOL を高めることに繋がる。看護師は、病院等の施設で 24 時間、常時、患児 (者) の傍にいる。このリフレクソロジー - を実施することができれば、日々の看護の中で、疲労、痛み、倦怠感、不眠、不安等を抱く患児 (者) に対応して、その場で早期に患児 (者) の疲労、痛み、倦怠感、不眠、不安等を軽減する

ことができる可能性があり、看護援助の1つとして示唆が得られることが期待される。さらに看護技術として高く評価されることに繋がると確信する。効果が科学的に証明されれば、代替医療として発展する可能性が極めて高く、この分野の研究促進に拍車がかかる。

2. 研究の目的

本研究の目的は、重症心身障がい児 (者) の足裏をマッサージ、刺激するリフレクソロジーが重症心身障がい児 (者) のもつ筋緊張などの症状を軽減させ、心身の癒しに繋がり、健康促進をもたらす効果が得られるかを明らかにすることである。また、重症心身障がい児 (者) の通所施設において、リフレクソロジーに関して、客観的なデータを得て、科学的なエビデンスを立証する。

3. 研究方法

(1) 対象

現在、リフレクソロジーを施行している重症心身障害児 (者) とし、施設の承諾および保護者の承諾が得られた児 (者)。

(2) データ

客観的データは、心拍数、SpO₂、レーザードップラーによる皮膚血流量、皮膚温、足関節の可動域など、身体を侵襲することのない方法を用いて測定する。この測定はリフレクソロジーの施行前後に把握する。

顔色、表情、筋緊張等の変化の観察

保護者への質問紙調査

保護者に簡便なリフレクソロジーの方法を指導し、約1ヵ月間、自宅でリフレクソロジーを実施してもらい、その効果について意見を求めた。

(3) 実際の実施概要

始める時は、リフレクソロジーを始めることを伝え、必ず本人の了解を得る。

目の表情や手の合図等で本人の了解を得たことを確かめる。

大腿部から始め、足首までゆっくり刺激を加える（図1）。

硬くなった足首をゆっくりほぐす（図2）。足の甲を丁寧にほぐす。

足の指をゆっくりのばす。決して無理に引っ張らない。

土踏まずの部分に適正な圧で押す。

足の内側に親指をあてて、ゆっくりと硬い部分を柔らかくする（図3）。

足部への刺激が終わったら、再び大腿部・下腿部に刺激を加えて片足が終了。

反対側の足も同様に行う。



（図1）



（図2）



（図3）

（3）分析

得られたデータは、統計分析ソフトを用いて分析する。

（4）海外におけるリフレクソロジーの実状

国際若石健康研究会 ヨーロッパ分会（オーストリア、インスブルック）を訪問し、知見を得る。

（5）ガイドブックの作成

家族や施設のスタッフが日常的に簡便にリフレクソロジーを実施できるよう、活用しやすいガイドブックを作成する。

4．研究成果

（1）重症児(者)の身体面において、心拍数は低下し（副交感神経が刺激されリラックスした状態）、皮膚温と皮膚血流量が上昇した。SpO₂は個人によって変化にばらつきがあった（図4）。足関節可動域（軽く動かすことのできる範囲）は、底屈は拡大するが背屈は個人によってばらつきがあった（図5、図6）。

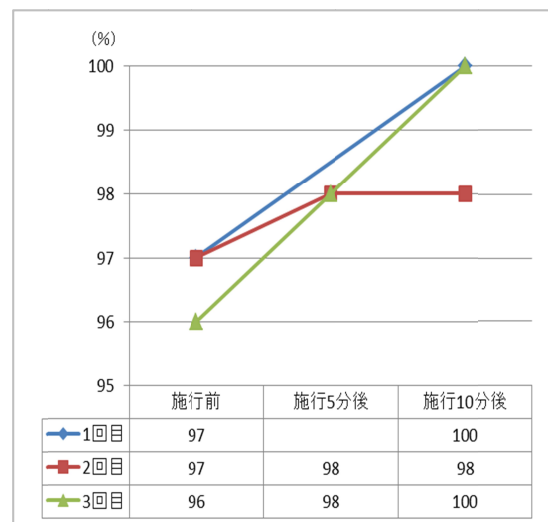


図4 SpO₂の変化

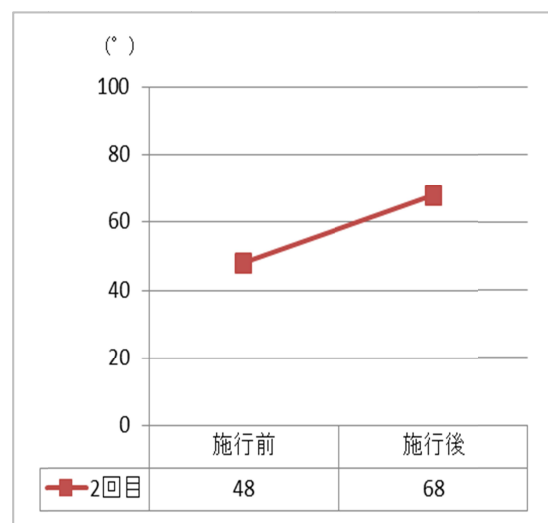


図5 足関節可動域の底屈の変化

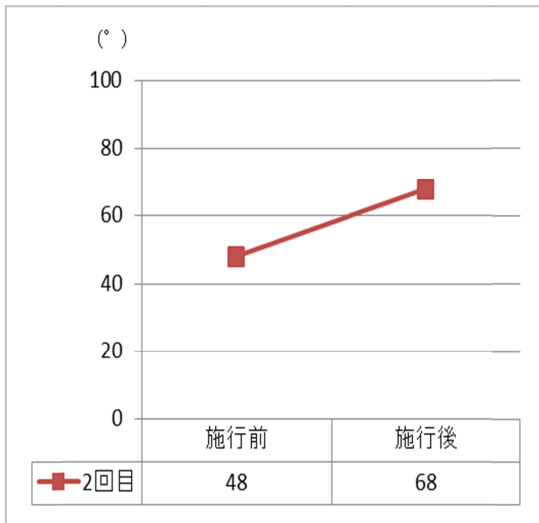


図 6 足関節可動域の背屈の変化

(2) 手足の冷感の軽減と筋緊張の緩和、表情がやわらかくなったという変化がみられた。発汗の有無は個人によってばらつきがあった。施行中眠たそうにしリラックスした穏やかな様子であることが多かった。

(3) 保護者は、リフレクソロジーによって手や足の冷たさがよくなった、尿の量が多くなった、便が出た、足首の動きがよくなったという効果を感じていた。保護者はリフレクソロジーの効果を実感し、自宅でリフレクソロジーを今後も続けてみようと思ったと回答した。

(4) 重症心身障がい児(者)の安楽を促す援助の一つとして、看護職は他職種や家族と協働しながらリフレクソロジーを行っていくことの意義が示唆された。

(5) ヨーロッパにおけるリフレクソロジーの実施状況

オーストリアのインスブルックにある国際若石健康研究会ヨーロッパ分会の施設を訪問し、施設見学およびリフレクソロジーと医療の関連について、インタビューを実施した。

リフレクソロジーは医療として実施され、保険適応とされていた。但し、国家資格(セラピスト)を得て、リフレクソロジーを実施している。国家資格があれば、すべての治療

(リフレクソロジー)に保険が適応される。わが国も保険適応になれば、リフレクソロジーはさらに発展が期待できる。

(6) 家族や施設スタッフが簡単に活用できるガイドブックを検討、作成(A5版、16ページ)し、配布した。今後、このガイドブックを活用してどうであったか、このガイドブックに示されている方法が役立ったか、効果が得られたかなどについて調査しようと考えている。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕(計1件)

中垣紀子、鈴木和香子、福永千華、西野厚子、重症心身障がい児(者)におけるリフレクソロジーの効果、日本若石健康研究会記念誌、2015、255-260

〔学会発表〕(計1件)

鈴木和香子、大原永理香、太田郁美、芹沢侑香里、西野厚子、中垣紀子、リフレクソロジーおよび温電法が障がい児にもたらす効果、第38回静岡県小児保健学会、2014

〔その他〕

ガイドブック：重症心身障がい児(者)へのリフレクソロジー

6. 研究組織

(1)研究代表者

中垣 紀子(NAKAGAKI Noriko)
静岡県立大学・看護学部・特任教授

研究者番号：10300055

(2)研究協力者

鈴木 和香子 (SUZUKI Wakako)

西野 厚子 (NISHINO Atuko)

福永 千華 (HUKUNAGA Chika)

大原 永理香 (OOHARA Erika)

太田 郁美 (OTA Ikumi)

芹沢 侑香里 (SERIZAWA Yukari)

江波戸 敦司 (EBATO Atushi)