

氏 名（本籍）	おかもと さちこ 岡 本 佐智子（千 葉 県）
学 位 の 種 類	博 士（ヒューマン・ケア科学）
学 位 記 番 号	博 甲 第 6561 号
学位授与年月日	平成 25 年 3 月 25 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
審 査 研 究 科	人間総合科学研究科
学 位 論 文 題 目	看護技術としてのハンドマッサージに関する研究

主	査	筑波大学教授	博士（医学）	大久保 一 郎
副	査	筑波大学教授	博士（医学）	江 守 陽 子
副	査	筑波大学教授	博士（医学）	日 高 紀久江
副	査	筑波大学准教授	医学博士	柳 久 子

論 文 の 内 容 の 要 旨

（目的）

マッサージは古くから行われ、現代社会の中では、ビジネスとしてのマッサージがあふれている。また、マッサージは看護援助として実施されているが、目的や方法は多岐にわたる。第Ⅰ章では、マッサージの歴史的な背景と我が国におけるマッサージの法律規定を整理する。第Ⅱ章では、看護教育の中でのマッサージを概観し、看護研究における課題を明確にする。第Ⅲ章では、ハンドマッサージのリラクセーション効果に焦点をあて、主観的に「心地よい」と感じるハンドマッサージの圧の強さと実施時間について検討を試みる。次に本結果に基づき主観的に「心地よい」と感じるハンドマッサージの方法でマッサージを実施し、リラクセーション効果を検証する。さらに、ハンドマッサージ、足浴、音楽の聴取の看護ケアを実施し、リラクセーション効果の比較検討を行う。これらを総括し、看護技術としてのハンドマッサージのエビデンスに基づく活用可能性について検討することを目的とする。

（研究方法）

1 看護技術としてのマッサージの検討

看護研究論文、看護教育に使用された書籍等を検索・分析し、マッサージの看護研究における課題を分析した。

2 心地よさを目的としたハンドマッサージの方法の検討

健康な成人女性 34 名を対象に、心地よいと感じるマッサージの圧の強さと実施時間について質問紙調査を実施した。引き続き協力の得られた 26 名を対象に、潤滑剤の使用別の心地よさについて、5 段階評定法にて調査を実施した。

3 ハンドマッサージのリラクセーション効果の検証

健康な成人女性 52 名を対象に、上記研究で示唆された「心地よいハンドマッサージの方法」に従い、マッサージを実施し、生理的指標（血圧、脈拍、皮膚温、唾液アミラーゼ値）と、心理的指標（RE 尺度）にて評価した。

4 リラクセーションを目的としたハンドマッサージと足浴・音楽聴取との比較検討

作業負荷（内田・クレペリン検査）を加えた後、看護ケアを実施し生理的指標（血圧、脈拍、皮膚電位水準（SPL））と心理的指標（STAI）にて評価した。看護ケアとして、ハンドマッサージ、足浴、音楽の聴取の3種類のケアを実施し比較した。

（結果）

看護師が行うマッサージは、患者に対し有益であるか看護診断を行った上で提供する専門技術である。しかし、看護研究において統制した条件下での研究の蓄積が課題であると考えられ、マッサージの中でもハンドマッサージは実施が容易な技術であるが、先行研究は少なかった。これらを踏まえて、ハンドマッサージのリラクセーション効果の検証のために実験研究を実施した。

主観的に「心地よい」と感じるハンドマッサージの圧の強さは上腕 60 および 70mmHg、手指 100mmHg、ちょうど良いと感じる時間は 10～15 分であった。主観的に「心地よい」と感じる方法でのハンドマッサージを実施前後の比較では、有意に「収縮期血圧」と「拡張期血圧」が低下し「皮膚温」は上昇、RE 尺度得点は有意に高くなった。ハンドマッサージ、足浴、音楽の聴取の看護ケアは、それぞれ介入後、脈拍の低下と SPL の上昇が見られ、STAI の状態不安得点は有意に低下した。

（考察）

主観的に「心地よい」と感じるハンドマッサージの方法を検討し、ハンドマッサージを実施した結果、交感神経活動の低下の傾向を示したことからリラクセーション効果があると考えられた。また、足浴、音楽の聴取との比較では、いずれも、交感神経活動の低下の傾向を示し、リラクセーション効果があると考えられた。これらのことから、主観的に心地よいハンドマッサージは、客観的にもリラクセーション効果があることを示すことができた。マッサージは不安を軽減し安らぎを与えるタッチングとして活用できるという特徴があることから、看護師だからこそできるケアとして期待される。手術に伴うリンパ浮腫に対するリンパドレナージの指導管理は、看護師が行うと保険が適用されることから、マッサージも科学的な根拠を示すことができれば保険点数化される技術となる可能性もあると考えられる。

（結論）

マッサージは簡易で活用範囲の広い技術であり、看護師の判断で実施できる専門技術である。本研究では、リラクセーション効果を目的として手に行うマッサージについて検証し、主観的に「心地よい」と感じるハンドマッサージ方法は、客観的な評価方法でもリラクセーション反応を示すことが明らかになった。今後は、具体的なマッサージ方法とその時に起こる生理反応をより詳細に検討し、疼痛の緩和や循環の促進など症状や目的に応じて、マッサージを行う部位や実施時間を選択し、場合に合ったマッサージ方法を検討していきたい。

審 査 の 結 果 の 要 旨

本研究は看護技術としてのマッサージをどのように評価するかを目的として、マッサージの歴史的背景や法的位置づけ等を文献レビューし、その後ハンドマッサージに焦点を当てて、その効果について、足浴、音楽聴取と比較しながら、生理学的指標や心理的指標等の客観的データを用いて評価分析した。その結果、交感神経活動が低下し、ストレスの緩和効果が証明されたが、その程度は足浴や音楽聴取と同様であった。研究としては対象者数が少ないことや女性に限定されている等のバイアスを考慮すると、一般化するには種々の課題もあるが、近年商業的なマッサージが普及するなか、看護師によるマッサージの医療現場への導入へ向けて、興味深い示唆を与えるものであり、学術的に意義ある論文である。

平成 25 年 1 月 9 日、博士（ヒューマン・ケア科学）学位論文審査委員会において、審査委員全員出席の

もと最終試験を行い、論文について説明をもとめ、関連事項について質疑応答を行った結果、審査委員全員によって合格と判定された。

よって、著者は博士（ヒューマン・ケア科学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。