

中医学を活用した女性の慢性腰痛予防の可能性を探る  
A study of Relationship between Chill and Chronic low back Pain

渡邊真弓\*<sup>1</sup>

\*<sup>1</sup>中央大学理工学部

Mayumi Watanabe\*<sup>1</sup>

\*<sup>1</sup>Faculty of Science and Engineering, Chuo University, Tokyo, Japan

【 緒言 】

国民生活基礎調査では慢性腰痛を訴える者が多い。女性の場合「冷え」を訴える者も多数いる。慢性腰痛の 85%は非特異的腰痛であり、画像診断と症状が一致しないため原因特定が難しく早期発見や予防が困難である。本研究では、慢性腰痛の患者に「冷え」を訴える者が多いことに着目して、慢性腰痛の予防のため「冷え」と慢性腰痛を同時に問う web 調査を実施した。そして、慢性腰痛の予防を可能とする方法を検討した。

【 方法 】

全国の女性 1000 名(20 - 59 歳)を対象に web 調査を行い①「冷え」(有)(無)の二群、または慢性腰痛(有)(無)の二群を比較した。具体的には(腋窩体温、BMI)の二群検定、そして、②カイ二乗検定を行った。③さらに中医学的設問を加え、「冷え」と慢性腰痛の関連性を求めた。

【 結果 】

①腋窩体温は慢性腰痛(有)群のみ有意な低下を認め、「冷え」(有)(無)二群間には有意差は見られなかった。「冷え」も慢性腰痛も BMI では有意差を示したが、その値は逆方向であった。つまり、「冷え」(有)群の BMI は「冷え」(無)群より有意に小さく、慢性腰痛(有)群の BMI は慢性腰痛(無)群より有意に大きかった。②興味深いことに、「冷え」(有)群も慢性腰痛(有)群も共通して「メンタル」に関する質問すべてにおいて「冷え」(無)群や慢性腰痛(無)群と異なる特徴を示した。③さらに中医学的に「冷え」の臨床に用いられる質問[(1)陽気不振、(2)陽気不行、(3)気機不利、(4)水穀不分、(5)気機不宣]を問うたところ (1)~(5)の問いに Yes と答えた慢性腰痛(有)の人数の比率は No と答えた人数の比率よりも高かった。

【 考察 】

本研究において①「冷え」(有)群は、「冷え」を訴えるが統計学的には腋窩体温に低下を認めなかった。②「冷え」も慢性腰痛も画像診断など客観性を得ることは困難な主観的症状であるが、両方に「メンタル」に共通した特徴が見られた。③さらに、「冷え」の臨床で用いる中医学的問診に Yes と答えた人数の比率が高かったことより、これまで困難であった慢性腰痛の予防に中医学的問診の活用が役立つ可能性が示唆された。

キーワード：「冷え」、慢性腰痛、中医学