The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	子どもに対するタクティールケアの効果の検証
Author(s)	北野, 華奈恵
Citation	大阪大学, 2020, 博士論文
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/77528
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

様式３

論　文　内　容　の　要　旨

氏　名　（　北野華奈恵　）	
論文題名	子どもに対するタクティールケアの効果の検証

論文内容の要旨

＜　目　的　＞

タクティール®ケア（以下、タクティールケア）は、皮膚を “優しくゆっくりと撫でるように触れる”タッチケア手技で、補完代替療法として広く医療現場で活用されている。その効果は、オキシトシン分泌を促進し（Morhenn, 2012）、疼痛やストレス緩和、リラクセーション、睡眠改善など多岐に渡ることが報告されている（Pedersen et al, 2018；Törnhage et al, 2013；鈴木ら, 2016）。しかし、子どもを対象としたタクティールケアの効果についての報告はほとんどない。一方、近年、スマホなどの利用やストレスなどにより、睡眠に問題を抱える子どもが増加している。子どもの睡眠不足は、脳機能の活動低下や情動行動の変化など、子どものこころと身体の発達に深刻な影響を及ぼす（Yoo et al, 2007 ; Chee et al, 2006）。それを予防するためには、養育者が日常生活において容易に実施可能で、子どものリラクセーションを促し睡眠の質を向上させる援助方法が必要である。そこで、本研究では、9～15歳の健康な子どもを対象に、子どものリラクセーションおよび睡眠に対するタクティールケアの効果を生理学的・心理学的指標を用いて検証することを目的とした。その際、タクティールケアを日中に実施したときの、実験中のリラクセーションと睡眠に対する即時的な効果と、実験当夜の睡眠に対する遅延的な効果を検証した。

＜　方　法　＞

A県内の健康な9～15歳の小・中学生29名を対象とし、そのうち14名（男子7名、女子7名、10.9±1.2歳）をタクティールケアを実施する施術群、15名（男子8名、女子7名、11.1±1.8歳）を実施しない対照群とした。実験は、安静臥床10分、介入（タクティールケア施術または対照）10分、介入後の安静臥床15分の合計35分とし、介入のタクティールケアは側臥位で背部に実施した。対照は側臥位で安静臥床を継続した。実験中は下記の測定項目を測定し、施術群と対照群の2群間比較、各群の「安静臥床－介入－介入後の安静」の経時的変化を分析した。

測定項目：リラクセーション：生理学的指標①自律神経活動HF、LF/HFおよび心拍数（MemCalc/BonalyLight）、
心理学的指標①気分（BRUMS ©PCTerry日本語版）、②快適感（VAS）

睡眠：即時的な効果：生理学的指標①睡眠脳波（スリープスコープ）、②血圧、心理学的指標①眠気（VAS）
遅延的な効果：生理学的指標①睡眠効率（Actiwatch2）、心理学的指標①睡眠感（OSM睡眠調査票MA版）

＜　結果・考察　＞

リラクセーションでは、生理学的指標における施術群と対照群による有意差はみられなかった。心理学的指標については、施術群での快適感のうち「気持ちいい」が、実験前に比べ実験後に有意に高かった（$p < .05$）。一方、気分の「緊張－不安」と「活気」について、対照群では実験前より実験後に有意に減少していたが（$p < .05$）、施術群では変化は見られなかった。これらのことから、タクティールケアは活気を減少させるような気分の変化をもたらすことはなく、ポジティブな感情を促す効果があると考えられる。

睡眠では、実験中の睡眠に対する即時的な効果は生理学的・心理学的指標ともに認められなかった。また実験当夜の睡眠に対しては、心理学的指標の睡眠感のうち「入眠と睡眠維持」において、施術群の方が対照群より有意に高く（$p < .05$）、睡眠に対する遅延的な効果が確認された。

＜　結　論　＞

子どものリラクセーションと睡眠に対するタクティールケアの客観的指標での明確な効果は認められなかったが、タクティールケアによるポジティブな感情の喚起を促す可能性があること、加えて、夜間の主観的な睡眠の質を向上させる可能性があることが示唆された。このことにより、子どもへのタクティールケアは、養育者や介護者が家庭や臨床現場で実施できる、子どものリラクセーションと睡眠向上のための手法となる可能性を示すことができた。

様式 7

論文審査の結果の要旨及び担当者

氏　名　（　北 野　華 奈 恵　）			
		（職）	氏　名
論文審査担当者	主 査	教授	谷 池　雅 子
	副 査	教授	松 崎　秀 夫
	副 査	教授	友 田　明 美

論文審査の結果の要旨

タクティール®ケア（以下、タクティールケア）は、皮膚を “優しくゆっくりと撫でるように触れる”タッチケア手技で、補完代替療法として広く医療現場で活用されている。その効果は、オキシトシン分泌を促進し（Morhenn, 2012）、疼痛やストレス緩和、リラクセーション、睡眠改善など多岐に渡ることが報告されている（Pedersen et al, 2018；Törnhage et al, 2013；鈴木ら, 2016）。しかし、子どもを対象としたタクティールケアの効果についての報告はほとんどない。一方、近年、スマホなどの利用やストレスなどにより、睡眠に問題を抱える子どもが増加している。子どもの睡眠不足は、脳機能の活動低下や情動行動の変化など、子どものこころと身体の発達に深刻な影響を及ぼす（Yoo et al, 2007 ; Chee et al, 2006）。それを予防するためには、養育者が日常生活において容易に実施可能で、子どものリラクセーションを促し睡眠の質を向上させる援助方法が必要である。

そこで、本研究では、9～15歳の健康な子どもを対象に、タクティールケアを施術する施術群14名と、施術しない対照群15名に分け、子どものリラクセーションおよび睡眠に対するタクティールケアの効果を生理学的・心理学的指標を用いて検証することを目的とした。その際、タクティールケアを日中に実施したときの、実験中のリラクセーションと睡眠に対する即時的な効果と、実験当夜の睡眠に対する遅延的な効果を検証した。分析では、施術群と対照群の2群間比較と、各群の「安静臥床－介入－介入後の安静」の経時的変化の比較を行った。

その結果、リラクセーションでは、生理学的指標における施術群と対照群による有意差はみられなかった。心理学的指標については、施術群での快適感のうち「気持ちいい」が、実験前に比べ実験後に有意に高かった（$p < .05$）。一方、気分の「緊張－不安」と「活気」について、対照群では実験前より実験後に有意に減少していたが（$p < .05$）、施術群では変化は見られなかった。これらのことから、タクティールケアは活気を減少させるような気分の変化をもたらすことはなく、ポジティブな感情を促す効果があると考えられた。

睡眠では、実験中の睡眠に対する即時的な効果は生理学的・心理学的指標ともに認められなかった。また実験当夜の睡眠に対しては、心理学的指標の睡眠感のうち「入眠と睡眠維持」において、施術群の方が対照群より有意に高く（$p < .05$）、睡眠に対する遅延的な効果が確認された。

本研究により、子どものリラクセーションと睡眠に対するタクティールケアの客観的指標での明確な効果は認められなかったが、タクティールケアによるポジティブな感情の喚起を促す可能性があること、加えて、夜間の主観的な睡眠の質を向上させる可能性があることが示唆された。このことにより、子どもへのタクティールケアは、養育者や介護者が家庭や臨床現場で実施できる、子どものリラクセーションと睡眠向上のための手法となる可能性を示すことができた。

以上の結果から、本論文は、健康な子どもに対するタクティールケアの心理学的側面の効果を明らかにし、今後、入院患児を対象とした臨床現場においての活用へと展開していくことが期待された点で評価できる。よって、審査委員会委員全員は、本論文は学位の授与に値するものと認める。