

日本肥満学会誌

P-19

耳穴圧豆治療による減量効果についての研究

(財)ヘルス・サイエンス・センター中・西医結合研究所¹
東京金属事業健康保険組合²
武蔵台病院内科³
崔邁¹、山田恒代²、若林孝雄³

【目的】耳穴圧豆療法（王不留行と呼ばれる植物の種子を耳穴に貼り付け、刺激による治療）を用い、48例の肥満者を対象に治療し、その減量効果、また減量中のエネルギー摂取量、及び各栄養素の摂取バランスの変動を検討することを目的とした。

【方法】48例を耳穴圧豆治療のみのA群、耳穴圧豆治療と食事療法併用のB群に分け、それぞれに1ヶ月間の治療を行った。①耳穴圧豆法：患者の耳介を消毒した後、耳穴の脳点、皮質下、内分泌、肝、小腸、心、肺、脾、腎、以上九穴を選び、各穴に10mmの内皮鍼用パンソウコウで王不留行の粒を1個固定する。治療は耳の片側ずつ交互に行い、週2回で、本人が付けたままの粒を一日5回以上揉んで刺激することを指導した。②食事指導：現代栄養学に基づき、患者に一日当たり1200kcalの栄養指導を行った。③研究の記録、検定法：a. 体重、体脂肪率は初診時と治療1ヶ月後に測定し、体重、標準体重により、肥満度を算定した。b. 患者の献立記録により、治療前後それぞれの一日平均の栄養価を栄養計算プログラムで計算した。c. 有意差、群間比較はt検定で行った。

【結果】肥満度と体脂肪率はA群とB群とも治療前後でそれぞれ有意に低下し（ $P < 0.01$ ）、2群間に有意差見られなかった。エネルギー摂取量はA群で治療前の34.0%、B群で治療前の41.7%、有意に減少し（ $P < 0.01$ ）、2群間に有意差なかったが、治療後の各栄養素摂取について、B群ではバランスがよく、A群では治療前より、脂肪エネルギー比は異常に上がり、鉄分、カルシウムとナアイシンは需要量以下に下がった。耳穴圧豆治療による有意な減量、エネルギー摂取量の減少効果がみられた、同時に食事指導の必要性が考察された。