

文献 紹介

就学前児童の睡眠 / 覚醒行動に対するマッサージ療法の効果

Tiffany Field, Tracy Kilmer, Maria Hernandez-Reif and Iris Burman. Touch Research Institute, University of Miami School of Medicine : Early Child Development and Care 120 : 39-44 ,1996 (抜粋、改変。)

背景

早産乳児、および神経・精神疾患の小児、青年、または心的外傷後症候群の小児の健康および発育に対するマッサージ療法の有用性は報告されているが、健常な幼児に対するマッサージ療法の検討は行われていない。本試験では、保育所に通う就学前児童に対するマッサージ療法の効果を検討した。

対象および方法

片親でなく、専門職の中流家庭で育った2-4歳(年齢の中央値=39ヵ月)の健康な就学前児童28名(14名は女兒)を対象に2分間のマッサージを週2回、5週間行った。

結果

- ・即時効果
試験初日と最終日のマッサージ療法施行前後に、反復測定分散解析および Bonferroni の事後検定を群別(マッサージ療法群/対照群)に行い、即時効果を評価したところ、両日に以下の群間差が認められることが示唆された(表1)。
マッサージ療法群では対照群と比較して、マッサージ後の小児の
(1) 情緒(情動)
(2) 発声
(3) 社会性
が大きく改善した。
- ・長期効果
試験初日と最終日に、反復測定分散解析および Bonferroni の事後検定を群別(マッサージ療法群/対照群)に行い、長期効果を評価したところ、以下の群間差が示唆された。
マッサージ療法群では対照群と比較して、マッサージ後の小児の
(1) 睡眠(昼寝)導入時間の短縮
(2) 触覚防衛または接触嫌悪反応の減少
(3) 外向性の増大
の度合いが大きかった。

考察

マッサージを繰り返すことにより得られた蓄積効果の一つとして、睡眠(昼寝)導入時間の短縮が認められた。この効果は、保育士が最も歓迎し得るものであって、昼寝前の日課としてマッサージを行う最も説得力のある理由であると考えられる。また、マッサージによって身体的接触が増し、親交が深まることで、小児の外向性(社会的応答性)が改善された可能性がある。本試験で認められた効果は、就学前児童に対するマッサージ療法の有用性を示唆するものである。

表1 マッサージ療法群の平均値(対照群の平均値は括弧内の数値)

測定項目	試験初日		最終日	
	施行前	施行後	施行前	施行後
施行前後 行動観察スケール ^a				
情緒	2.6 (2.4)	1.4**** (2.1)	2.8 (2.7)	1.5**** (2.4)
発声	1.6 (1.7)	1.1**** (1.5)	1.6 (1.8)	1.1**** (1.7)
活発さ	2.1 (2.1)	2.0 (2.3)	2.0 (1.9)	1.7 (1.8)
社会性	2.0 (2.2)	2.4* (2.1)	2.4 (2.5)	2.8* (2.1)
試験初日/最終日		試験初日		最終日
睡眠導入時間(分)		15.6 (16.3)		11.4* (15.7)
行動評価 ^b		1.9 (1.8)		1.3* (1.6)
接触目録(Touch inventory) ^c		1.2 (1.4)		0.7* (1.3)
外向性スケール ^c		34.3 (36.1)		40.0* (35.9)

^a 観察者が記入、^b 保育士が記入、^c 親が記入。 *p<0.05 **p<0.01 ***p<0.005 ****p<0.001