

論文内容の要旨

氏名	塩崎 智之
Effects of Vestibular Rehabilitation on Physical Activity and Subjective Dizziness in Patients With Chronic Peripheral Vestibular Disorders: A Six-Month Randomized Trial	
(和訳)	
慢性期末梢前庭障害に対する前庭リハビリテーションの身体活動量と主観的なめまい感に対する効果:6カ月間のランダム化比較試験	

論文内容の要旨

末梢前庭障害患者はめまいやふらつきが長期間持続し、生活の質が低下することが多くみられる。また、めまいが生じる動作に対して不安感が高まることで活動性が低下し、その結果前庭代償が進行せずめまいが改善しないという悪循環に陥ることがある。末梢前庭障害によるめまいやふらつきに対する治療法の一つに前庭リハビリテーションがあり、有効性が報告されている。前庭リハビリテーションには理学療法士の監督下で実施する方法と自宅での自主練習のみ実施する方法がある。活動性の低下に対しては頻回の介入が重要と考えられているが、末梢前庭障害患者に対して理学療法士の介入が身体活動量に影響するかは検証されていない。そこで本研究では理学療法士の監督下での前庭リハビリテーションが主観的なめまい感及び日常生活における身体活動量に与える影響を調査し、その2つの変化の関係性を検証することとした。

方法は末梢前庭障害患者を理学療法士の監督下で前庭リハビリテーションを行う前庭リハ群(25例)と医師が生活指導を実施する対照群(22例)に無作為に振り分けた。前庭リハ群は週1回の前庭リハセッションと自宅での自主訓練を行い、対照群は2カ月に1回の運動習慣を促す生活指導を実施した。介入期間は6カ月間とし、実施前と実施後にめまいによる日常生活障害度アンケートを実施した。介入期間中は両群ともに加速度計を装着し、介入開始時、2カ月後、終了時の身体活動量を7日間記録した。

その結果、主観的なめまい感は両群ともに有意な改善を認めたが活動性の障害、視覚や頭位変化によるめまいの増悪、身体行動の制限の項目で前庭リハ群の改善効果が高かった。日常生活における身体活動量の変化では介入6カ月後に前庭リハ群のみ軽強度の身体活動量の有意な増加を認めた。主観的なめまい感と身体活動量の変化の関係では前庭リハ群でのみ介入後2カ月での軽強度身体活動量の増加と介入前後の主観的なめまい感の改善の間に有意な相関がみられた。この関係性は対照群では認めなかった。

本研究の結果より理学療法士の監督下での前庭リハビリテーションは生活指導のみの介入と比べて主観的なめまい感を軽減し、日常生活における身体活動量を増加させることが示唆された。また、前庭リハビリテーションでは介入初期の軽強度身体活動量の増加が介入効果を高めるために重要であることが考えられた。末梢前庭障害患者に対してはめまいの悪循環からの脱却のために日常生活における活動性を高めるのと同時に前庭代償を促すためのトレーニングを行うことでめまい症状の改善効率が高まると考えられた。