

# 内外の研究動向

- 伝統医療とスポーツ（生薬、鍼、カッピング、マッサージ）



# 伝統医療とスポーツ（生薬、鍼、カッピング、マッサージ）

木ノ上高章（東海大学スポーツ医科学研究所） 野上達也（東海大学医学部東洋医学領域）

Supakij Suwannatrai (Siriraj Center of Applied Thai Traditional Medicine (Si-CATTM), Faculty of Medicine Siriraj Hospital, Mahidol University)

Ketmanee Jongjiamdee (Siriraj Center of Applied Thai Traditional Medicine (Si-CATTM), Faculty of Medicine Siriraj Hospital, Mahidol University)

Traditional Medicine and Sports (Herbal Medicine, Acupuncture, Cupping, Massage)

Takaaki KINOUE, Tatsuya NOGAMI, Supakij Suwannatrai and Ketmanee Jongjiamdee



## I. 漢方

地球温暖化といわれる中でも、年末に差し掛かり冷え込んできた。国立感染症研究所によるとインフルエンザも全国的に蔓延傾向で、すでに警戒域に入った県も散見される<sup>1)</sup>。筆者らはタイとの交流の中で、長年タイ王国公衆衛生省タイ伝統医療局と日本の漢方について橋渡しを務めてきた<sup>2, 3)</sup>。タイ公衆衛生省局長が我が国の OTC 薬局を訪問して、風邪薬のコーナーで3分の1が漢方で占められていることに驚いていた。

しかるに、生薬からなる漢方方剤は、World Anti-Doping Agency (WADA) の禁止する薬物を含む生薬を含むことから、アスリートにおいては、常に代替純粋西洋薬などによる治療が志向される。

傷害時の邦人先達の考案した方剤に、治打撲一方というのがある。患部の駆於血、腫脹除去による鎮痛、抗炎症、抗酸化、抗菌を期待しての生薬方剤だが、筆者1自らも、自身の下腿内出血部位への蜂窩織炎において著効を得た経験を持ち、ま

た西洋治療で芳しくない場合に著効している報告は多数に上る<sup>4)</sup>。アスリートへの漢方による介入研究も皆無ではない<sup>5)</sup>。しかし、アップデートされる WADA の禁止薬物リストには薬物が追加されていくので、競技アスリートはその競技種、あるいは外傷療養期間も含めて最新情報に留意しておく必要がある<sup>6)</sup>。利用法によっては、西洋薬以上に早期に傷害や疲労の回復につながる事例もあり、リスクを確認しながら利用するという道が妥当であろう。施設によっては、うっかりドーピングを避けるためにもスポーツファーマシスト活用していくべきだ<sup>7, 8)</sup>（東海大学付属病院）。（注）治打撲一方は、1600年代に考案された方剤だが、禁止薬物を含む『丁子』が構成生薬となっている。

## II. 鍼・カッピング

この機会に渉猟した直近の鍼治療に関するエビデンスは、ブラジルからの報告で、女子選手に対するダブルブラインド介入試験による下腿の筋肉

パフォーマンスを見たものだが、芳しい結果ではない。ただし、本研究は、傷害改善ではなく機能増強を図る目的であり、治療目的のものについてはさらなる検証が求められている<sup>9)</sup>。カップリングについては、スポーツリハビリテーションに対するシステムティックレビューで、弱いエビデンスだが、少ない副作用で疼痛や血流改善に役立つとのレポートが出ている<sup>10)</sup>。

### Ⅲ. マッサージ特にタイ伝統医療におけるマッサージについて

マッサージについては、文献から、関連する理学療法、按摩マッサージ、柔道整復について区分が難しい。我々と関係の深いマヒドン大学シリラート病院医学部応用タイ伝統医療センターは、海外遠征にたびたび治療師を同行させている。また、伝統タイマッサージの有用性についてRCT<sup>11)</sup>や他治療法との比較が報告されつつある<sup>12)</sup>。

### Ⅳ. 結語

言い慣わされていることであるが、一次予防すなわち、罹患しないこと、受傷しないことが一番である。古人も、例えば、漢方の神農本草経（西暦紀元2世紀頃）では、予防的健康増進薬（上薬、上品）を治療薬（下薬、下品）より上位に置いている。身近では、産業保健における作業環境管理も同じことであると気づく。

#### 参考文献

- 1) <https://www.niid.go.jp/niid/ja/flu-map.html> Accessed on Dec. 17<sup>th</sup>, 2024
- 2) <https://www.u-tokai.ac.jp/ud-medicine/news/1239/> Accessed on Dec. 17<sup>th</sup>, 2024
- 3) <https://www.u-tokai.ac.jp/ud-medicine/news/5968/> Accessed on Dec. 17<sup>th</sup>, 2024
- 4) 野上, 関矢, 喜多等. 遅延した下肢蜂窩織炎に治

- 打撲一方が奏功した一例. 日東医誌 54(4) 781-784, 2003
- 5) 中田, 八重樫, 秋葉等. 漢方を利用した女子駅伝選手の新しい管理方法—スポーツ漢方医学の可能性について—. 日東医誌 58(1) 49-55, 2007
- 6) Global DRO <https://www.globaldro.com/JP/search> Accessed on Dec. 17<sup>th</sup>, 2024
- 7) <https://www.sp.playtruejapan.org/> Accessed on Dec. 17<sup>th</sup>, 2024
- 8) [https://www.meijo-u.ac.jp/sp/harbal\\_medicine/2019/063.html](https://www.meijo-u.ac.jp/sp/harbal_medicine/2019/063.html) Accessed on Dec. 17<sup>th</sup>, 2024
- 9) Souza-Gomes, A.F., da Silva, D.H.R., Ferreira, P.M., and et al. Systemic acupuncture application does not change muscle performance parameters in women: A randomized, controlled, double-blind pilot study. J. Bodyw. Mov. Ther. 40, 1467-1473, 2024 doi: 10.1016/j.jbmt.2024.08.005.
- 10) Mohamed, A.A., Zhang, X., Jan, Y.K., Evidence-based and adverse-effects analyses of cupping therapy in musculoskeletal and sports rehabilitation: A systematic and evidence-based review. J Back Musculoskelet Rehabil. 36(1): 3-19, 2023 doi: 10.3233/BMR-210242.
- 11) Buttagat, V., Kluayhomthong, S., Areeudomwong P. The influence of traditional Thai massage on recovery from gastrocnemius muscle fatigue: A single-blind randomised controlled trial. Complement Ther Med. 83: 103056, 2024 doi: 10.1016/j.ctim.2024.103056.
- 12) Ningsih, Y.F., Kurniasih, F., Wardoyo, A.A. The Effect of Sport Massage and Thai Massage to Lactic acid and Pulse Decreased. IJAERS 4(12), 2017 doi: 10.22161/ijaers.4.12.16