

氏名	時 信 亜 希 子
授与した学位	博 士
専攻分野の名称	医 学
学位授与番号	博甲第5296号
学位授与の日付	平成28年 3月25日
学位授与の要件	医歯薬学総合研究科社会環境生命科学専攻 (学位規則第4条第1項該当)

学位論文題目	Effects of Ayurvedic Oil-Dripping Treatment with Sesame Oil vs. with Warm Water on Sleep: A Randomized Single-Blinded Crossover Pilot Study (アーユルヴェーダのごま油シローダーラー (頭部滴油療法) による睡眠改善効果の検討: お湯シローダーラーと比較したランダム化一重盲検クロスオーバーデザインによるパイロット研究)
--------	---

論文審査委員	教授 山田 了士 教授 阿部 康二 教授 樋之津 史郎
--------	-----------------------------

学位論文内容の要旨

本研究では、アーユルヴェーダのごま油を用いたシローダーラー (頭部滴油療法) の睡眠改善効果をパイロット的に検討した。過去1か月間に睡眠上の問題があると自覚している成人を対象とした。比較対照はお湯シローダーラーとし、ランダム化一重盲検クロスオーバーデザインで介入を行った。アウトカムは、1. ピッツバーグ睡眠質問票(PSQI), 2. エプワース眠気尺度(ESS), 3. WHO-QOL26 (QOL)とし、ベースラインと施術期間後2週間・6週間に測定した。さらに、睡眠計を用いて客観的睡眠状況の測定も行った。解析は一般化推定方程式により行った。PSQIは、2週間後にごま油シローダーラーに有意な改善が見られ(-1.83 [95%CI: -3.37, -0.30]), その効果は6週間後も継続していた。ESSとQOLでは、ごま油シローダーラーでより改善傾向が見られたが、統計的有意差はなかった。睡眠計測定項目でも有意差はみられなかった。本研究では、ごま油シローダーラーの睡眠改善効果が一部示唆された。

論文審査結果の要旨

本研究は、インド医学のアーユルヴェーダの施術の一つである、ごま油シローダーラーの睡眠改善効果を検討したものである。研究は、お湯シローダーラーを対照群とした一重盲検クロスオーバーデザインにより、睡眠とQOLに関する質問票と簡易睡眠計によって評価され、ごま油シローダーラー使用時にピッツバーグ睡眠表のスコアが施術2週間後まで有意に改善することを見出した。パイロット研究ではあるが、困難を伴う補完代替療法の検証を、よく考えられた研究デザインと解析を用いて行われており、非西洋医学による睡眠障害治療の可能性について科学的に検討した意義は大きいと考えられる。

よって、本研究者は博士 (医学) の学位を得る資格があると認める。