

ヒラメ筋の全身振動を併用したストレッチの急性効果と長期効果 -超音波せん断波エラストグラフィを用いた検証-

当院では以下の臨床研究を行なっております。

【研究課題】

ヒラメ筋の全身振動を併用したストレッチの急性効果と長期効果
-超音波せん断波エラストグラフィを用いた検証-

【研究の背景と目的】

全身振動を併用したストレッチはストレッチ単独よりも足関節背屈可動域の改善に効果的であることがすでに報告されています。しかしながら、全身振動を併用したストレッチ前後の下腿三頭筋の硬さは客観的数値で明らかにされておりません。また、急性効果の持続時間や3週間以上の長期効果については明らかになっておりません。

本研究の目的は、健常者を対象に全身振動を併用したヒラメ筋のストレッチを行い、急性効果と持続時間、長期効果についてSWEを用いて明らかにすることです。

【研究の期間】

2023年12月1日～2028年12月1日

【研究対象】

・健常者 15-25名 ※土浦協同病院スタッフ内で公募する。

選択基準：関節痛、筋肉痛がない者、口頭指示に従え、調査の同意が確認できる者

除外基準：足関節に関わる整形外科疾患の既往、神経疾患の既往

【研究の方法】

当院のリハビリテーションでは、術後3ヶ月、5ヶ月に関節機能測定を行っています。本研究では、その測定結果を部分的に2次利用し、研究を行ないます。

【利用する情報】

- ・基本情報（年齢、性別、身長、体重、BMI、利き脚）
- ・ヒラメ筋およびアキレス腱の硬さ
- ・足関節可動域

【予想される利益・不利益】

利益：ヒラメ筋が硬いほど、しゃがみこみ時の足関節の運動範囲が小さくなることが明らかになる。これが明らかになれば、ヒラメ筋の硬さを改善することで、しゃがみこみが改善する可能性がある。

不利益：筋力測定にともなう筋肉痛が生じる可能性がある。
調査に参加いただく事により 40-60 分程度の時間的拘束がある。

【個人情報の取り扱いについて】

本研究の成果を、学術目的のため学会や論文で公表する際には、個人情報を厳重に守り、個人が特定されない形で使用します。

【研究協力の自由について】

研究への協力は自由意志であり、拒否された場合でも不利益はありません。協力を希望されない場合は、お手数をおかけしますが、ご連絡をお願い致します。

【利益相反について】

本研究に開示すべき利益相反はありません。

【研究責任者連絡先】

総合病院土浦協同病院
リハビリテーション部 宮阪隼人
電話 029-830-3711 (代表)