

手掌への物理的刺激で血圧値を改善？！

浅尾芳光

令和2年度修了の浅尾芳光です。現在は、岡山市にある朝日医療大学鍼灸学科の教員をしています。私は修士課程の2年間で、血圧に関する研究をしました。いきなりですが、みなさんは血圧測定をする際、左右のどちらの腕で測っていますか？おそらく多くの人が、あまり意識していないのではないのでしょうか。

しかし実は、左右の腕で血圧値が大きく異なることがあります。一般的に右腕で測る方が、左腕で測るよりも血圧値が高い傾向にあることがわかっています。また、血圧には最低血圧と最高血圧があります。最新の研究によると、左右の腕での最低血圧の差が大きいほど、将来、高血圧になり心臓や血管の病気になるリスクが上がるということがわかっています。ただし、今のところ血圧の左右差を小さくすることが確かめられている治療法は見つかっていません。そこで私は、身体の特定位点（手掌にある大陵・労宮というツボ）に物理的な通電刺激を与えることで、血圧の左右差を縮小できないかを検討しました。

その結果、左右の最低血圧のうち、高い側のツボに一定時間の通電刺激を与えることでその差が小さくなることがわかりました。本成果は、関西医療大学紀要に投稿中です。今回の研究では、健常な人に対して研究をしましたが、今後さらに、高血圧の人や高血圧の予防として積極的な物理療法になる可能性を検討したいと考えています。

