

# 第78回日本温泉気候物理医学会、総会・学術集会

会期 2013年5月24・25日 会場 別府市ビーコンプラザ

発表抄録 No. 06-5

## 瞬時心拍数を用いたサウンドヒーリングの自律神経機能への効果

西條一止<sup>1)</sup> 山下和彦<sup>1)</sup> 中條 洋<sup>1)</sup> 森 英俊<sup>2)</sup> 中村泰治<sup>3)</sup> 喜田圭一郎<sup>3)</sup>

1) (学) 平成医療学園 宝塚医療大学医療学部鍼灸学科

2) 国立大学法人 筑波技術大学大学院技術科学研究科

3) サウンドヒーリング協会

### 目的

サウンドヒーリング（体感音響）の自律神経機能への効果を観察した。

体感音響機器は Healing Vibration 051m。

### 方法

実験対象は成人女性 10 例である。実験使用器具は MP36 (BIOPAC Systems, 社製)。

方法は 被験者を仰臥位で腹部に 9 分間、小型体感音響クッションを当て刺激した。

刺激前後に 5 分間仰臥位時安静、5 分間立位時安静の瞬時心拍数を計測した

### 結果と考察

1. 刺激中の反応：交感神経主体の反応を 10 例中 6 例に見られた。副交感神経主体の反応を残りの 4 例に見られた。反応のしかたは、交感神経機能を抑制し亢進させる両方向性の反応である。これは自律神経機能を揺さぶり変動しやすさを高めると考えられる。副交感神経機能を多くは高め、一部、変化しないかである。
2. 刺激後の反応：10 例中 9 例に刺激後瞬時心拍数レベルを下げ副交感神経機能の亢進が見られた。残りの 1 例では副交感神経機能の亢進が見られ、交感神経機能は変化なしであった。
3. 上記の反応からソフトに自律神経機能の変動しやすさを高め、健康状態の改善に貢献できる可能性を示唆している。

### 結論

1. 刺激中に 10 例全例に自律神経反応を確認した。
2. 刺激後に交感神経機能亢進を 9 例に、副交感神経機能亢進反応を 10 例に確認した
3. この反応はソフトに自律神経機能の変動しやすさを高め、健康状態の改善に貢献できる可能性を示唆している。