

# サーキュオイルを用いた伝統的「手わざ法」ハンドケアにおける気分プロフィール（POMS）尺度の変化

高岡市立看護専門学校  
株式会社フットテクノ  
日本フットケア協会

岡野 純代  
藤田 稔  
室谷 良子

## 【目的】

サーキュオイル（株式会社フットテクノ社製）は、精選されたつばき油・オリブ油に180種類の香り成分を含み、重力により弛緩・下垂した骨格筋を引締めるとともに保湿性を高めるオイルである。今回、サーキュオイルを用いて伝統的「手わざ法」によるハンドケアを実施しての気分の変化を検討したのでここに報告する。

## 【方法】

口頭で了解の得られた抑うつ傾向・倦怠感のある女性20名を、サーキュオイル（株式会社フットテクノ社製）群と市販オイル群の2群に割り付けた。両群にたいして2週間に1回、計6回3ヶ月にわたり、伝統的「手わざ法」によるハンドケア（技術提供：日本フットケア協会）をおこない、ケア前後における気分プロフィール検査（POMS）、VASによる主観的評価、上肢写真撮影を実施した。POMSは緊張—不安、抑うつ—落込み、怒り—敵意、活気、疲労、混乱の6つ気分尺度を判定することが出来る信頼性・妥当性の検証された尺度である。

## 【結果・考察】

サーキュオイル（株式会社フットテクノ社製）を用いて行った伝統的「手わざ法」によるハンドケアは、指先から肘関節まで実施した。この方法を用いることで、サーキュオイルが皮膚に浸透し、表在性皮静脈である指静脈から浅掌静脈弓を経て尺側皮静脈、橈側皮静脈、前腕正中皮静脈から深部静脈への還流を促している。

また、同時にこの療法は皮膚や筋肉にある知覚神経末端の各種の受容器に作用し、脊髄から間脳を経て大脳皮質に伝わり、圧・温・快感覚が伝わり、それに伴い自律神経の緊張を下げ、血液・リンパの循環を促進している。

今回、サーキュオイルによるマッサージ前とマッサージを6回終了後とを比較すると、緊張—不安、抑うつ—落込み、怒り—敵意、疲労、混乱の点数は市販オイル群に比べ優位に減少している。又活気を示す点数は優位に上昇した。また、主観的評価では、市販オイルに比較して、「指先がすっきりした」「全身が温かくなった」「足先が温かくなった」「腕が軽くなった」などの感想が聞かれた。

## 【結論】

サーキュオイルを用いて伝統的「手わざ法」によるハンドケアは、上肢の表在性皮静脈の深部静脈への還流を促し、同時に自律神経の緊張を和らげた結果の一端を示していると推察され、主観的評価POMSにおける緊張—不安、抑うつ—落込み、怒り—敵意、疲労、混乱は減少し、活気を示す点数は有意に上昇したと考えられる。