

氏名 谷口敏代
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 3332 号
学位授与の日付 平成19年3月23日
学位授与の要件 医歯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 The Immediate Effects of 10-minute Relaxation Training on Salivary Immunoglobulin A (s-IgA) and Mood State for Japanese Female Medical Co-workers (日本人女性コメディカルワーカーに対する10分間リラクゼーションの唾液中s-IgA と気分への効果)

論文審査委員 教授 荻野景規 教授 渡邊達夫 助教授 氏家寛

学位論文内容の要旨

リラクゼーションによる唾液中グロブリン A(s-IgA)と気分変化を評価した。対象は女性の医療従事者 79 名。一般的なストレスに関する研修とリラクゼーションを実施した介入群 38 名(平均年齢 33.5 歳, SD=9.6) と研修のみの受講群 41 名(平均年齢 35.0 歳, SD=8.6)を対照群とした。リラクゼーション技法は、約 10 分で完了する。s-IgA と、気分尺度の Iceberg Profile (IP) を測定した。介入群は研修とリラクゼーション前後に、対照群は研修前後に測定した。結果は、s-IgA は介入群に有意に増加した ($F(1, 71)=4.93, P=.03$)。気分尺度の下位尺度では「疲労感」 [$F(1, 71)=2.81, P=.09$]、「混乱」気分 [$F(1, 71)=2.89, P=.09$] が介入群で減少、また、全体的に気分が緩和する傾向 [$F(1, 75)=3.59, P=.06$] がみられ、リラクゼーション効果が示唆された。

論文審査結果の要旨

女性の医療従事者 79 名を対象とし、リラクゼーションによる唾液中グロブリン A (s-IgA) と気分変化 (Iceberg Profile) とで評価した。介入群 38 名 (平均年齢 33.5 歳, SD=9.6) には一般的なストレスに関する研修とリラクゼーションを実施し、対照群 41 名(平均年齢 35.0 歳, SD=8.6) には研修のみを実施した。s-IgA 及び気分尺度を介入前後において測定した結果、s-IgA は介入群で有意に増加し ($P=0.03$)、気分尺度は介入群で減少傾向($P=0.06$) を認めた。本研究は、短期間のリラクゼーションが、医療従事者の精神的健康保持に有効であることを証明したものであり、労働衛生学的に価値ある論文と評価される。

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。