

<タイトル>

かかと刺し（採血）を行う前にその脚にマッサージを施すことにより、未熟児のかかと刺しに伴う痛みを軽減することができる

カナダのカルガリー大学とフットヒルズ医療センター小児新生児科の研究によると、乳児にかかと刺し（採血）を行う前にその脚に2分間優しくマッサージを施すと、かかと刺しに対する痛みを軽減してあげられることが明らかとなりました。これは、マッサージにより痛みの伝達を抑えることができ、乳児が実際に感じる痛みの軽減に役立ちます。

NICUに入院中の乳児たちは、痛みを伴う診察や治療を繰り返し受けています。痛みを的確に伝える一番の方法は言葉による表現ですが、乳児たちは自ら痛みを言葉にすることができません。また、これまで乳児は神経の発達が未熟で、痛みの認知力がないといったために、乳児の痛みについて長い間研究がなされていませんでした。しかし、カナダ小児学会と米国小児学会の報告書でも、新生児が感じる痛みに対するより高度な研究の必要性が強く提唱されています。

先に述べたように、言葉での表現ができない乳児が感じる痛みを調査することは難しいのですが、本実験ではNIPS（新生児痛み尺度）や心拍数、呼吸数、酸素飽和度の測定を行いました。乳児たちは言葉以外の方法で生理学上の変化により痛みを訴えることができるからです。本実験では、マッサージを行うことでNIPSと心拍数に良い方向へ変化が見られました。

NICUの乳児たちは日常的に痛みを感じている可能性が高く、痛みが生理的反応を起こすことで発達段階にある脳はとても影響を受けやすい状況にあることが考えられます。乳児の痛みを少しでも軽減することは、その後の治療や乳児たち自身の発達の手助けとなるでしょう。痛みを軽減させるためにマッサージ以外でも薬理的でない方法はいくつかありますし、マッサージの効果がすべての乳児に同じ効果があるわけではありません。マッサージと痛みを軽減することができる他の方法との併用については更なる研究が必要です。