

Clinical Question 8

非特異的腰痛に対して、物理療法（温熱・寒冷・電気・牽引）は有用か

推奨 非特異的腰痛患者に対する物理療法は、一般的運動療法と併用することを条件付きで推奨する。

推奨の条件：あり

- ・患者が希望し、かつ理学療法士が必要と判断した場合。
- ・物理療法を使用する場合は、一般的な運動療法と併用すること。

□推奨の強さ：介入・対照双方に対する条件付き推奨 □ エビデンスの強さ：とても弱い

□作成グループ投票結果

当該介入に反対する強い推奨	当該介入に反対する条件付き推奨	当該介入・対照双方に対する条件付き推奨	当該介入の条件付き推奨	当該介入の強い推奨	推奨なし
0% 0名	0% 0名	55% 6名	45% 5名	0% 0名	0% 0名

◆CQの構成要素（PICO）

P (Patients、Problem、Population)			
性別	指定なし	年齢	指定なし
疾患・病態	非特異的腰痛	その他	指定なし
I (Interventions) / C (Comparisons、Controls、Comparators) のリスト			
物理療法、一般的な理学療法、治療なし			
O (Outcomes) のリスト			
	Outcome の内容		
O1	生活の質の改善		
O2	歩行能力の改善		
O3	神経症状の改善		
O4	疼痛の軽減		
O5	治療期間の短縮		
O6	可動性改善		
O7	日常生活活動改善		

解説

◆CQの背景

非特異的腰痛とは、医師の診察および画像の検査（X線画像やMRIなど）で腰痛の原因が特定できる特異的腰痛と異なり、原因が厳密には特定できない腰痛のことをいう。臨床的特徴としては、多くは椎間板のほか椎間関節、仙腸関節といった腰椎周辺の関節部分、そして背筋など腰部を構成する組織のどこかに痛みがある可能性は高いが、特異的、つまり、どこが発痛源であるかを厳密に特定できる検査法がないことから痛みの起源を明確にはできないことが挙げられる。治療に関しては基本的には保存療法が実施され、その中には運動療法、徒手療法、物理療法、装具療法がある。物理療法は使用頻度が高いにも関わらず、その効果については明らかにされていないことから、検証の必要がある。

◆エビデンスの評価

採択された3論文¹⁻³⁾を検証した。超音波療法とプラセボとの比較¹⁾、TENS（Transcutaneous electrical nerve stimulation）と低周波との比較²⁾、低出力レーザー療法と超音波療法とコントロール群を比較³⁾検討したものであった。いずれの論文も超音波療法・TENS・低出力レーザーで疼痛軽減の効果を即時、中期（1カ月）で認めた。可動域改善においてはいずれも効果を認めなかった。RCTによる研究も少なく、不確実性が存在した。また論文数や対象者も少ないことからバイアスリスクの問題がある。このようなことから、当該介入・対照双方に対する条件付き推奨、エビデンスの強さはとても弱いと判断した。

◆益と害のバランス評価

疼痛改善では超音波療法、TENS、低出力レーザー療法において即時、中期で改善を期待できる可能性がある。いずれの治療方法も論文数も少なく判断が困難である。有害事象については言及されておらず望ましくない影響（害）は小さいと考えられる。従って、益が害を上回ると考える。

◆患者の価値観・希望

患者にとって、疼痛軽減（即時・中期）の改善に期待ができることは価値がある。物理療法（超音波療法、TENS、低出力レーザー療法）単独ではなく、一般的理学療法と併用することが必要である。

◆コストの評価

保険診療の範囲内であり理学療法と物理療法を併用により追加コストは発生しない。しかし、治療期間が比較的に長期に及ぶことからコストや時間の増加を見込む必要がある。

◆文献・検索式は Web 掲載 <http://>

- 1) Ebadi S, et al: The effect of continuous ultrasound on chronic non-specific low back pain: a single blind placebo-controlled randomized trial. BMC Musculoskeletal Disorders 2012; 13 :192.
- 2) Ebadi S, et al: No immediate analgesic effect of diadynamic current in patients with nonspecific low back pain in comparison to TENS. J Bodyw MovTher 2018; 22: 693-699.
- 3) Tantawy S et al: Laser photobiomodulation is more effective than ultrasound therapy in patients with chronic nonspecific low back pain: a comparative study. Lasers Med Sci 2019; 34: 793-800.