

LIF01103	Reduction in fear of falling through intense tai chi exercise training in older, transitionally frail adults	Sattin Richard W; Easley Kirk A; Wolf Steven L; Chen Ying; Kutner Michael H	Journal of the American Geriatrics Society	2005	53
LIF01104	Magnesium intake from food and supplements is associated with bone mineral density in healthy older white subjects	Ryder Kathryn M; Shorr Ronald I; Bush Andrew J; et al.	Journal of the American Geriatrics Society	2005	53
LIF01106	A randomized, controlled trial of tai chi for the prevention of falls: the Central Sydney tai chi trial	Voukelatos Alexander; Cumming Robert G; Lord Stephen R; Rissel Chris	Journal of the American Geriatrics Society	2007	55
LIF01109	Lack of effect of Tai Chi Chuan in preventing falls in elderly people living at home: a randomized clinical trial	Logghe Inge H J; Zeeuwe Petra E M; Verhagen Arianne P; et al.	Journal of the American Geriatrics Society	2009	57
LIF01112	Effectiveness of tai chi as a community-based falls prevention intervention: a randomized controlled trial	Taylor Denise; Hale Leigh; Schluter Philip; et al.	Journal of the American Geriatrics Society	2012	60
LIF01130	Homeopathic arnica for prevention of pain and bruising: randomized placebo-controlled trial in hand surgery	Stevinson C; Devaraj V S; Fountain-Barber A; Hawkins S; Ernst E	Journal of the Royal Society of Medicine	2003	96
LIF01179	A dietary supplement attenuates IL-6 and CRP after eccentric exercise in untrained males	Phillips Tracey; Childs April C; Dreon Darlene M; et al.	Medicine and science in sports and exercise	2003	35
LIF01180	Tai Chi: improving functional balance and predicting subsequent falls in older persons	Li Fuzhong; Harmer Peter; Fisher K John; McAuley Edward	Medicine and science in sports and exercise	2004	36
LIF01181	Tai Chi and falls prevention in older people	Harmer Peter A; Li Fuzhong	Medicine and sport science	2008	52
LIF01309	Community-based tai chi and its effect on injurious falls, balance, gait, and fear of falling in older people	Lin Mau-Roung; Hwang Hei-Fen; Wang Yi-Wei; Chang Shu-Hui; Wolf Steven L	Physical therapy	2006	86
LIF01313	Therapeutic effects of Saireito (TJ-114), a traditional Japanese herbal medicine, on postoperative edema and inflammation after total hip arthroplasty	Kishida Y; Miki H; Nishii T; Inoue T; Nishida S; Yoshikawa H; Sugano N	Phytomedicine : international journal of phytotherapy and phytopharmacology	2007	14
LIF01340	The effects of Tai Chi on fall prevention, fear of falling and balance in older people: a meta-analysis	Logghe Inge H J; Verhagen Arianne P; Rademaker Arno C H J; et al.	Preventive medicine	2010	51
LIF01407	Review of Tai Chi as an effective exercise on falls prevention in elderly	Schleicher Molly M; Wedam Lauren; Wu Ge	Research in sports medicine (Print)	2012	20
LIF01412	Efficacy of acupuncture in fibromyalgia syndrome--a systematic review with a meta-analysis of controlled clinical trials	Langhorst Jost; Klose Petra; Musial Frauke; Irnich Dominik; Hauser Winfried	Rheumatology (Oxford, England)	2010	49
LIF01450	Frequency and clinical predictors of adverse reactions to chiropractic care in the UCLA neck pain study	Hurwitz Eric L; Morgenstern Hal; Vassilaki Maria; Chiang Lu-May	Spine	2005	30
LIF01567	Randomized-controlled trial comparing yoga and home-based exercise for chronic neck pain	Cramer Holger; Lauche Romy; Hohmann Claudia; et al.	The Clinical journal of pain	2013	29
LIF01632	Compare the Traditional Chinese Medicine manipulation with rehabilitation on in-patients after total knee arthroplasty	Yang Tsung-Hsien; Yeh Wen-Lin; Chen Hsin-Yao; Chen Yi-Fan; Ni Kuo-Chin; Lee Ko-Hung	The Journal of arthroplasty	2013	28
LIF01668	Effects of yoga interventions on pain and pain-associated disability: a meta-analysis	Bussing Arndt; Ostermann Thomas; Ludtke Rainer; Michalsen Andreas	The journal of pain : official journal of the American Pain Society	2012	13
LIF01673	The efficacy of mindfulness meditation plus Qigong movement therapy in the treatment of fibromyalgia: a randomized controlled trial	Astin John A; Berman Brian M; Bausell Barker; Lee Wen-Lin; Hochberg Marc; Forsy Kelly L	The Journal of rheumatology	2003	30
LIF01682	Effects of comprehensive osteopathic manipulative treatment on balance in elderly patients: a pilot study	Lopez Daniel; King Hollis H; Knebl Janice A; Kosmopoulos Victor; Collins Deraan; Patterson Rita M	The Journal of the American Osteopathic Association	2011	11 1
LIF01696	Tai Chi and fall reductions in older adults: a randomized controlled trial	Li Fuzhong; Harmer Peter; Fisher K John; McAuley Edward; Chaumeton Nigel; Eckstrom Elizabeth; Wilson Nicole L	The journals of gerontology. Series A, Biological sciences and medical sciences	2005	60
LIF01698	A 12-week Iyengar yoga program improved balance and mobility in older community-dwelling people: a pilot randomized controlled trial	Tiedemann Anne; O'Rourke Sandra; Sesto Romina; Sherrington Catherine	The journals of gerontology. Series A, Biological sciences and medical sciences	2013	68
LIF01706	A randomized trial of tai chi for fibromyalgia	Wang Chenchen; Schmid Christopher H; Rones Ramel; Kalish Robert; Vinh Janeth; Goldenberg Don L; Lee Yoojin; McAlindon Timothy	The New England journal of medicine	2010	36 3
LIF01747	Adjuvant laser acupuncture in the treatment of whiplash injuries: a prospective, randomized placebo-controlled trial	Aigner Nicolas; Fialka Christian; Radda Christian; Vecsei Vilmos	Wiener klinische Wochenschrift	2006	11 8

LIF01754 Effect of yoga on musculoskeletal discomfort and motor functions in professional computer users Telles Shirley; Dash Manoj; Naveen K V Work (Reading, Mass.) 2009 33

Cochrane Library

文献 ID	タイトル	著者	誌名	発行年	巻
LIC00117	[Effects of warm needle moxibustion on bone mass density and biochemical indexes of bone metabolism in patients of postmenopausal osteoporosis].	Zhao LH;Nong ZN;Zhong X;Pang Y;Liang JS;Li XD;Ye FW	Zhongguo zhen jiu = Chinese acupuncture & moxibustion	2008	28
LIC00038	The effects of a standardized herbal remedy made from a subtype of Rosa canina in patients with osteoarthritis: A double-blind, randomized, placebo-controlled clinical trial.	Warholm O;Skaar S;Hedman E;Molmen HM;Eik L	Current Therapeutic Research, Clinical & Experimental	2003	64
LIC00098	Dietary omega-3 fatty acid supplementation increases the rate of muscle protein synthesis in older adults: a randomized controlled trial.	Smith GI;Atherton P;Reeds DN;Mohammed BS;Rankin D;Rennie MJ;Mittendorfer B	The American journal of clinical nutrition	2011	93
LIC00108	Type of dietary fat is associated with the 25-hydroxyvitamin D3 increment in response to vitamin D supplementation.	Nirarnitmahapanya S;Harris SS;Dawson-Hughes B	The Journal of clinical endocrinology and metabolism	2011	96
LIC00113	[Active exercise and massage for nonspecific low back pain: a clinical randomized controlled trial]	Wang B;Wu J-X;Wang J	Zhongguo Linchuang Kangfu	2005	9
LIC00124	[Observation on influence of bone metabolism biochemical indices of senile osteoporosis treated with distant acupuncture and nearby tuina].	Wang T;Pang L;Huang H;Wang WY	Zhongguo zhen jiu = Chinese acupuncture & moxibustion	2012	32
LIC00125	[Impacts on biomechanics of senile osteoporosis of kidney deficiency pattern treated with acupuncture and Tuina therapy].	Wang T;Wu ZC;Zhu TR;Wang WY	Zhongguo zhen jiu = Chinese acupuncture & moxibustion	2012	32
LIC00017	Diet, physical exercise and cognitive behavioral training as a combined workplace based intervention to reduce body weight and increase physical capacity in health care workers - a randomized controlled trial.	Christensen JR;Faber A;Ekner D;Overgaard K;Holtermann A;Sjogaard K	BMC public health	2011	11
LIC00020	[Interventional effects of musical therapy to physiological and psychological conditions in process of radiotherapy for patients with cancer]	Zhao P-T;Liang J;Shao Q-J;Liang F;Yuan H-Q;You F-S	Chinese Journal of Cancer Prevention and Treatment	2008	15
LIC00032	Music therapy for acquired brain injury	Bradt Joke;Magee Wendy L;Dileo Cheryl;Wheeler Barbara L;McGilloway Emer	Cochrane Database of Systematic Reviews	2010	
LIC00043	Effectiveness of Tai Chi in fall prevention and balance function in the elderly: a meta-analysis (Provisional abstract)	Zhao Y;Wang Y;Xu XD;Liu YL	Database of Abstracts of Reviews of Effects	2013	
LIC00050	Chiropractic for the prevention and/or treatment of sports injuries: a systematic review of controlled clinical trials (Provisional abstract)	Ernst E;Posadzki P	Focus on Alternative and Complementary Therapies	2012	17
LIC00053	The effectiveness of Tai Chi as a fall prevention intervention for older adults: a systematic review (Structured abstract)	Gregory H;Watson MC	International Journal of Health Promotion and Education	2009	47
LIC00065	[Treatment of ischemic stroke by acupuncture at Zusanli and Xuanzhong]	Gu H - W;Ma W - P;Chen W;Li Q - S;Liu X - Q;Liu S - H	Journal of Clinical Rehabilitative Tissue Engineering Research	2007	11
LIC00069	Can a brief health promotion intervention delivered by mental health key workers improve clients' physical health: a randomized controlled trial	Brown S;Smith E	Journal of Mental Health (Abingdon, England)	2009	18
LIC00074	Lack of effect of tai chi chuan in preventing falls in elderly people living at home: A randomised clinical trial	Logghe IHJ;Zeeuwe PEM;Verhagen AP;Wijnen-Sponselee RMT;Willemsen SP;Bierma-Zeinstra SMA	Journal of the American Geriatrics Society	2009	57
LIC00079	The effect of sports chiropractic on the prevention of hamstring injuries: A randomized controlled trial [abstract]	Hoskins WT;Pollard HT;Orchard JW	Medicine & Science in Sports & Exercise	2006	38 Suppl 5
LIC00082	Serum level changes of insulin-like growth factor-1 and amino acids in children with cerebral palsy following functional exercise plus head acupuncture therapy	Zhang L H;Du J J;Li X J;Jiang Z M	Neural Regeneration Research	2006	1

LIC00112	Prevention action of Chinese herbs for tonifying kidney on bone loss in senile males: 1 year follow-up.	Xie J;Shen L;Yang Y-P;Zhou P-Q;Gao L	Zhongguo Linchuang Kangfu	2004	8
LIC00121	[Regulating effect of moxibustion pretreatment on Th1/Th2 imbalance of athletes during course of heavy load training].	Gao M;Wu Y;Li GQ	Zhongguo zhen jiu = Chinese acupuncture & moxibustion	2011	31

医学中央雑誌

文献 ID	タイトル	著者	誌名	発行年	巻
LIJ00034	Efficacy of Optimization of Vitamin D in Preventing Osteoporosis and Osteoporotic Fractures: A Systematic Review	Nakamura Kazutoshi, Iki Masayuki	Environmental Health and Preventive Medicine	2006	11
LIJ00236	カルシウムサプリメントのランダム化比較試験 最終検査	齋藤 トシ子, 小林 量作, 押木 利英子, 中村 和利	新潟医療福祉学会誌	2011	11
LIJ00342	大規模介入試験の功罪 Women's Health Initiative と最近のメタ・アナリシスにみるカルシウム・ビタミン D サプリメントの骨折予防効果を例に	佐々木 敏	日本更年期医学会雑誌	2008	16
LIJ00425	γ-PGA 含有カルシウムサプリメントを用いた長期介入研究の試み	早瀬 仁美, 平川 史子, 久野 真奈見	福岡女子大学人間環境学部紀要	2004	35
LIJ00434	ビタミン K2(メナキノン-4)添加カルシウム錠薬の長期摂取における有効性および安全性	小松 美穂, 青木 麻実, 大野 正恵, 飯塚 宗秋, 伊藤 博澄, 森下 幸治	薬理と治療	2008	36
LIJ00011	【骨粗鬆症の予防と食品、サプリメント】骨代謝に作用するさまざまな食品素材 大豆イソフラボンと骨代謝	石見 佳子	Clinical Calcium	2006	16
LIJ00012	【骨粗鬆症の予防と食品、サプリメント】エビデンスに基づいた骨の健康のための食品開発 骨の健康が気になる方の特定保健用食品 麦芽飲料 ミロ 子どもの栄養とカルシウム吸収促進効果	福島 洋一, 熊谷 晶子	Clinical Calcium	2006	16
LIJ00057	Effectiveness of intervention for low back pain in female caregivers in nursing homes: a pilot trial based on multicenter randomization	Kamioka Hiroharu, Okuizumi Hiroyasu, Okada Shinpei, Takahashi Ryosuke, Handa Shuichi, Kitayuguchi Jun, Mutoh Yoshiteru	Environmental Health and Preventive Medicine	2011	16
LIJ00091	グルコサミン、コンドロイチンの有用性の検討	寺本 有見, 長尾 淳二, 磐田 振一郎	Health Sciences	2011	27
LIJ00095	【女性のヘルスケアと食品】ヘルスケアとサプリメント 利用者の期待とエビデンスは一致しているか? カルシウムを例として	佐々木 敏	HORMONE FRONTIER IN GYNECOLOGY	2007	14
LIJ00117	地域在宅高齢者に対する転倒予防事業の取り組み 比較的元気な中高年女性を対象とした温泉入浴と生活・運動指導による介護予防の効果	上岡 洋晴, 岡田 真平, 高橋 亮輔, 高橋 美絵, 武藤 芳照, 黒柳 律雄, 小松 泰喜, 江夏 亜希子	Osteoporosis Japan	2006	14
LIJ00140	【骨粗鬆症診療アップデート 2011 骨折を予防し寝たきりを回避するために】代替療法 骨粗鬆症に対する鍼灸治療	坂井 友実, 安野 富美子, 高梨 知揚	カレントセラピー	2011	29
LIJ00149	治療的抑制による関節疼痛に対する予防的温熱療法の有効性の検討	木内 千恵子, 高橋 恵, 石毛 はつ子	旭中央病院医報	2005	27
LIJ00233	女性看護師におけるヨガ・プログラムの効果に関する無作為比較研究	佐久間 夕美子	女性健康科学研究会受賞研究報告集	2012	1
LIJ00254	関節リウマチに対する鍼灸治療の果たす役割 関節症状の改善と QOL 向上について	山本 一彦, 三村 俊英, 赤尾 清剛, 吉川 信, 粕谷 大智, 山口 智	全日本鍼灸学会雑誌	2003	53
LIJ00305	温泉利用と生活・運動指導を組み合わせた総合的健康教育の有効性に関する研究	上岡 洋晴, 岡田 真平, 武藤 芳照, 矢崎 俊樹	日本温泉気候物理医学会雑誌	2003	66
LIJ00306	Multi-Center Randomized Controlled Trial of Acupuncture and Moxibustion for Rheumatoid Arthritis	粕谷 大智, 沢田 哲治, 磯部 秀之, 赤尾 清剛, 吉川 信, 高田 久実子, 山口 智, 小侯 浩, 山本 一彦	日本温泉気候物理医学会雑誌	2005	68
LIJ00307	温泉による運動器疼痛の治療効果に関する非ランダム化比較試験のシステマティック・レビュー	上岡 洋晴, 津谷 喜一郎, 奥泉 宏康, 岡田 真平, 半田 秀一, 北湯口 純, 鎌田 真光	日本温泉気候物理医学会雑誌	2009	72
LIJ00308	温泉による運動器疾患の予防効果に関するコホート研究のシステマティック・レビュー	上岡 洋晴, 塩澤 信良, 奥泉 宏康, 岡田 真平, 半田 秀一, 北湯口 純, 鎌田 真光	日本温泉気候物理医学会雑誌	2010	73
LIJ00322	高齢下肢骨折患者の術後せん妄予防 アロマセラピーで概日リズムを整える	山本 留里, 山下 明日香, 松本 なほみ, 柏木 真夏, 真壁 五月	日本看護学会論文集: 看護総合	2012	
LIJ00333	温泉施設を利用した筋肉減少症予防のための温泉・栄養・運動プログラム	齋藤 京子	日本健康開発財団研究年報	2010	

LIJ00403	鍼治療の腰痛に対するメタアナリシス	弘田 量二, 岡 愛子, 倉本 純子, 田川 実紀, 鶴長 玄哉, 中村 元昭, 前田 夏希, 山崎 勇, Roger Ngatu L., 菅沼 成文	日本予防医学会雑誌	2011	6
LIJ00035	Randomized Controlled Trial to Evaluate Effectiveness of Exercise Therapy (Takizawa Program) for Frail Elderly	Makita Mitsuyo, Nakadaira Hiroto, Yamamoto Masaharu	Environmental Health and Preventive Medicine	2006	11
LIJ00036	Effects of Physical Exercise on Fall Risk Factors in Elderly at Home in Intervention Trial	Kobayashi Ryosaku, Nakadaira Hiroto, Ishigami Kazuo, Muto Keiko, Anesaki Shizuki, Yamamoto Masaharu	Environmental Health and Preventive Medicine	2006	11
LIJ00106	Improvement of Vitamin D Status in Japanese Institutionalized Elderly by Supplementation with 800 IU of Vitamin D3	Kuwabara Akiko, Tsugawa Naoko, Tanaka Kiyoshi, Fujii Minoru, Kawai Nobuko, Mukae Sachiko, Kato Yuzuru, Kojima Yasuko, Takahashi Kaori, Omura Kazumasa, Kagawa Reiko, Inoue Akira, Noike Toshiaki, Kido Shoko, Okano Toshio	Journal of Nutritional Science and Vitaminology	2009	55
LIJ00107	The Effectiveness of Community-Based Tai Chi Training on Balance Control during Stair Descent by Older Adults	Kim Hyeong-Dong, Han Jin-Tae, Cho Yong-Ho	Journal of Physical Therapy Science	2009	21
LIJ00113	Evidence-based medicine in herbal treatment: Benefit to assess quality of life (QOL)	Morisaki Tomoko, Takahashi Kyoko	Journal of Traditional Medicines	2013	30
LIJ00141	抗酸化栄養補助食品ユビキノール(還元型 CoQ10)が高齢者介護予防運動時の心身機能に及ぼす影響	狩野 源太, 妹尾 綾, 小原 早綾, 早川 東作, 中村 俊, 小柴 満美子	こころの健康	2013	28
LIJ00151	抗酸化サプリメントの有効性・安全性評価	卓 興鋼	医と食	2011	3
LIJ00158	【最新・疲労の科学 日本発 抗疲労・抗過労への提言】抗疲労・抗過労食薬環境空間開発 抗疲労臨床評価ガイドラインの作成 抗疲労でも特定保健用食品用でも日本初の臨床評価ガイドラインの概要	平山 佳伸	医学のあゆみ	2009	228
LIJ00173	コエンザイム Q10 複合サプリメントの中年男性の運動持久力向上効果	伊藤 禎司, 高橋 菊枝, 清水 隆磨, 沼田 弘明, 海老原 淑子, 松本 一浩, 稲垣 雅, 安江 正明, ヘレン・パーマー, 渡邊 泰雄, 山本 順寛, 武田 信巳	応用薬理	2006	71
LIJ00180	当院における新鮮足関節外側靭帯損傷の保存療法 疼痛・腫脹に対する西洋薬と漢方薬との比較検討		漢方と診療	2010	1
LIJ00186	70 歳代の在宅高齢者に対する男女別にみた足浴の転倒予防効果の検討	本多 容子, 阿曾 洋子, 伊部 亜希, 田丸 朋子	看護人間工学研究誌	2010	10
LIJ00241	温泉の効果に関するエビデンスの整理と健康づくりを中心としたレジャーへの応用	上岡 洋晴, 栗田 和弥, 鈴木 英悟, 渡邊 真也, 北湯口 純, 鎌田 真光, 本多 卓也, 森山 翔子, 武藤 芳照	身体教育医学研究	2010	11
LIJ00244	男性高齢者に対する足浴の転倒予防効果の検討	本多 容子, 阿曾 洋子, 伊部 亜希, 田丸 朋子, 徳重 あつ子	人間工学	2010	46
LIJ00250	筋持久性運動時におけるインナーパワーの筋痛抑制効果	矢賀 進二, 東口 高志, 大川 光, 大川 貴正, 伊藤 彰博, 二村 昭彦	静脈経腸栄養	2011	26
LIJ00251	継続的な太極拳の実施による脳機能改善の効果 中国吉林省の老人活動センターにおける試み	孫 皎, 金川 克子, 佐々木 順子, 大木 秀一	石川看護雑誌	2010	7
LIJ00253	客観的評価による労働者の疲労に対する鍼治療の直後効果について ランダム化比較試験	山崎 翼, 佐藤 万代, 矢野 忠	全日本鍼灸学会学術大会抄録集	2013	62 回
LIJ00263	太極拳を取り入れた転倒予防トレーニングが地域高齢者の体力に及ぼす効果の検証 従来型転倒予防トレーニングとの比較	郭 輝, 牛 凱軍, 矢野 秀典, 小鴨 恭子, 中島 絹絵, 王 芸, 本川 亮, 鈴木 玲子, 藤田 和樹, 永富 良一	体力科学	2006	55
LIJ00264	太極拳及びカンフー体操を取り入れた転倒予防トレーニングの体力低下高齢者の体力に及ぼす効果の検証 従来型転倒予防トレーニングとの比較	郭 輝, 牛 凱軍, 矢野 秀典, 小鴨 恭子, 中島 絹絵, 王 芸, 本川 亮, 鈴木 玲子, 藤田 和樹, 齋藤 輝樹, 永富 良一	体力科学	2007	56
LIJ00265	DIETARY NITRATE SUPPLEMENTATION ENHANCES MUSCLE EFFICIENCY DURING KNEE-EXTENSOR EXERCISE IN HUMANS	Bailey S.J., Fulford J., Vanhatalo A., Winyard P., Blackwell J.R., DiMenna F.J., Wilkerson D.P., Benjamin N., Jones A.M.	体力科学	2011	60
LIJ00278	野球選手の手指血行障害改善に対する試み	西村 典子, 中村 豊, 恩田 哲也, 伊藤 栄治, 甲斐 堯介	東海大学スポーツ医科学雑誌	2007	
LIJ00279	運動前の灸刺激によるヘモグロビンの変化 DOMS(遅発性筋痛)に対する灸刺激の効果	樋口 雅一	東洋医学	2009	15
LIJ00280	膝関節屈曲・伸展運動にともなう筋出力低下に及ぼす円皮鍼の影響 等速性運動での検討	杉山 直人, 三浦 ゆかり, 佐藤 亨子, 中村 綾子, 椿野 裕子, 吉田 豊, 高橋 伸子, 青山 太一, 吉原 佳世子, 古屋 英治, 大久保 正樹, 坂本 歩	東洋療法学校協会学会誌	2003	

LIJ00282	運動負荷のストレスに対する鍼治療の効果について	堤野 孟, 田口 辰樹	東洋療法学校協会学会誌	2008	
LIJ00302	予防医学の視点から森林セラピーの健康増進・疾病予防効果を検証する 病院屋上森林が要介護高齢女性患者に及ぼす主観的リラックス効果簡易感情尺度を用いて	松永 慶子, 朴 範鎮, 宮崎 良文	日本衛生学雑誌	2011	66
LIJ00310	入浴習慣と要介護認定者数に関する5年間の前向きコホート研究	日本温泉気候物理医学会温泉療法医会	日本温泉気候物理医学会雑誌	2011	74
LIJ00314	健常高齢者を対象にした能動的音楽療法研究のシステムティックレビュー 介護予防効果および研究の課題	元吉 ひろみ	日本音楽療法学会誌	2011	11
LIJ00325	在宅女性高齢者に対する「転倒予防ケア」としての足浴の有効性の検討	本多 容子, 阿曾 洋子, 伊部 亜希, 田丸 朋子, 木村 静, 徳重 あつ子, 鈴木 みゆき, 細見 明代	日本看護研究学会雑誌	2010	33
LIJ00331	Effects of Foot Bathing on Exercise Capacity in a Fall Prevention Program for the Elderly	本多 容子, 阿曾 洋子, 伊部 亜希, 片山 恵, 田丸 朋子	日本健康医学会雑誌	2011	20
LIJ00332	温泉による運動器疾患の予防効果に関するコホート研究のシステムティック・レビュー	上岡 洋晴	日本健康開発財団研究年報	2010	
LIJ00335	入浴習慣と要介護認定者数に関する前向きコホート研究	日本温泉気候物理医学会温泉療法医会	日本健康開発財団研究年報	2011	
LIJ00336	温泉施設を活用した複合的介入プログラム"すぷりんぐ" 介護予防効果の検証	桜井 良太, 藤原 佳典, 金 憲経, 齋藤 京子, 深谷 太郎, 安永 正史, 野中 久美子, 小林 和成, 渡辺 修一郎, 小川 貴志子, 吉田 裕人, 岡部 たづる, 千川 なつみ, 土屋 由美子, 新開 省二	日本公衆衛生学会総会抄録集	2010	69 回
LIJ00369	看護・介護職者への疲労軽減によるメンタルヘルス対策 足趾伸展機能つきハイソックスを用いて	木村 幸生, 井上 誠, 井上 セツ子, 伊藤 大観, 新宅 光男, 浦辺 幸夫	日本精神科看護学会誌	2011	54
LIJ00420	温泉施設を用いた複合的介入プログラムの有効性に関する研究 無作為化比較試験による検討	桜井 良太, 藤原 佳典, 金 憲経, 齋藤 京子, 安永 正史, 野中 久美子, 小林 和成, 小川 貴志子, 吉田 裕人, 田中 千晶, 内田 勇人, 鈴木 克彦, 渡辺 修一郎, 新開 省二	日本老年医学会雑誌	2011	48
LIJ00428	遅発性筋痛に対する鍼治療の予防効果 圧痛点治療の有用性に関する比較試験	伊藤 和憲, 河本 真, 藤原 仁美, 中野 雄介, 山口 路雄, 南波 利宗, 西田 麗代, 越智 秀樹, 北小路 博司	明治鍼灸医学	2006	
LIJ00429	高齢者の歩行能に対する鍼治療の効果	木田 匡美, 松本 勅, 高橋 則人, 江川 雅人, 川喜田 健司	明治鍼灸医学	2008	
LIJ00440	若年女性におけるL-シトルリン経口摂取による下肢むくみの抑制効果	森田 匡彦, 小林 義典, 飯塚 宗秋, 近藤 澄夫, 森下 幸治	薬理と治療	2012	40
LIJ00445	【スポーツ分野における鍼治療のエビデンス】筋力・筋持久力・筋疲労に対する鍼治療の効果	古屋 英治	臨床スポーツ医学	2010	27

表 3 - 3 一次評価にて選択された文献：更年期障害分班

MEDLINE

文献 ID	タイトル	著者	誌名	発行年	巻
LIF00867	Combined nutraceutical approach to postmenopausal syndrome and vascular remodeling biomarkers	Cicero Arrigo F G; Tartagni Elisa; Ferroni Alienor; De Sando Valeria; Grandi Elisa; Borghi Claudio	Journal of alternative and complementary medicine (New York, N.Y.)	2013	19
LIF01185	Effects of yoga exercise on serum adiponectin and metabolic syndrome factors in obese postmenopausal women	Lee Jeong-Ah; Kim Jong-Won; Kim Do-Yeon	Menopause (New York, N.Y.)	2012	19
LIF01662	Modest protective effects of isoflavones from a red clover-derived dietary supplement on cardiovascular disease risk factors in perimenopausal women, and evidence of an interaction with ApoE genotype in 49-65 year-old women	Atkinson Charlotte; Oosthuizen Welma; Scollen Serena; Loktionov Alexandre; Day Nicholas E; Bingham Sheila A	The Journal of nutrition	2004	134
LIF00207	A randomized, prospective study of the effects of Tai Chi Chun exercise on bone mineral density in postmenopausal women	Chan Kaiming; Qin Ling; Lau Mingchu; Woo Jean; Au Szeki; Choy Wingyee; Lee Kwongman; Lee Shiuhung	Archives of physical medicine and rehabilitation	2004	85
LIF00211	The effects of Tai Chi on bone mineral density in postmenopausal women: a systematic review	Wayne Peter M; Kiel Douglas P; Krebs David E; Davis Roger B; Savetsky-German Jacqueline; Connelly Maureen; Buring Julie E	Archives of physical medicine and rehabilitation	2007	88
LIF00876	Five-year follow-up study of a kidney-tonifying herbal Fufang for prevention of postmenopausal osteoporosis and fragility fractures	Deng Wei-Min; Zhang Peng; Huang Hai; Shen You-Gao; Yang Qin-Hua; Cui Wei-Li; He Yang-Shu; Wei Song; Ye Zhu; Liu Fang; Qin Ling	Journal of bone and mineral metabolism	2012	30
LIF00272	Impact of Tai Chi exercise on multiple fracture-related risk factors in post-menopausal osteopenic women: a pilot pragmatic, randomized trial	Wayne Peter M; Kiel Douglas P; Buring Julie E; Connors Ellen M; Bonato Paolo; Yeh Gloria Y; Cohen Calvin J; Mancinelli Chiara; Davis Roger B	BMC complementary and alternative medicine	2012	12
LIF00401	Femal, a herbal remedy made from pollen extracts, reduces hot flushes and improves quality of life in menopausal women: a randomized, placebo-controlled, parallel study	Winther K; Rein E; Hedman C	Climacteric	2005	8
LIF00402	Acupuncture in managing menopausal symptoms: hope or mirage?	Alfhaily F; Ewies A A A	Climacteric	2007	10
LIF00418	Feasibility study of acupuncture for reducing sleep disturbances and hot flashes in postmenopausal breast cancer survivors	Otte Julie L; Carpenter Janet S; Zhong Xin; Johnstone Peter A S	Clinical nurse specialist CNS	2011	25
LIF00427	Effects of tai chi exercise on posturography, gait, physical function and quality of life in postmenopausal women with osteopaenia: a randomized clinical study	Chyu Ming-Chien; James C Roger; Sawyer Steven F; Brismee Jean-Michel; Xu Ke T; Poklikuha Glen; Dunn Dale M; Shen Chwan-Li	Clinical rehabilitation	2010	24
LIF00603	Treatment of menopausal symptoms by qualified herbal practitioners: a prospective, randomized controlled trial	Green Julia; Denham Alison; Ingram Jennifer; Hawkey Sue; Greenwood Rosemary	Family practice	2007	24
LIF00606	A randomized controlled pilot study of acupuncture for postmenopausal hot flashes: effect on nocturnal hot flashes and sleep quality	Huang Mary I; Nir Yael; Chen Bertha; Schnyer Rosa; Manber Rachel	Fertility and sterility	2006	86
LIF00707	Alternative therapies for postmenopausal women	Speroff Leon	International journal of fertility and women's medicine	2005	50
LIF00708	Menopacenuitrient therapy: an alternative approach to pharmaceutical treatments for menopause	Kirby Russell S	International journal of fertility and women's medicine	2006	51
LIF00798	Is naturopathy as effective as conventional therapy for treatment of menopausal symptoms?	Cramer Elaine H; Jones Paul; Keenan Nora L; Thompson Betsy L	Journal of alternative and complementary medicine (New York, N.Y.)	2003	9
LIF00818	Finished herbal product as an alternative treatment for menopausal symptoms in climacteric women	Lai Jung-Nein; Hwang Jing-Shiang; Chen Huey-Jeng; Wang Jung-Der	Journal of alternative and complementary medicine (New York, N.Y.)	2005	11
LIF01017	Complementary and alternative medicine use for vasomotor symptoms among women who have discontinued hormone therapy	Kupferer Elizabeth M; Dormire Sharon L; Becker Heather	Journal of obstetric, gynecologic, and neonatal nursing : JOGNN / NAACOG	2009	38

LIF01166	The effect of dietary soy supplementation compared to estrogen and placebo on menopausal symptoms: a randomized controlled trial	Carmignani Lucio O; Pedro Adriana Orcesi; Costa-Paiva Lucia H; Pinto-Neto Aarao M	Maturitas	2010	67
LIF01167	Effects of herbal and dietary supplements on cognition in menopause: a systematic review	Clement Yuri N; Onakpoya Igho; Hung Shao K; Ernst Edzard	Maturitas	2011	68
LIF01182	Treating the climacteric symptoms in Indian women with an integrated approach to yoga therapy: a randomized control study	Chattha Ritu; Raghuram Nagarathna; Venkatram Padmalatha; Hongasandra Nagendra R	Menopause (New York, N.Y.)	2008	15
LIF01183	A pilot randomized, single-blind, placebo-controlled trial of traditional acupuncture for vasomotor symptoms and mechanistic pathways of menopause	Painovich Jeannette M; Shufelt Chrisandra L; Azziz Ricardo; Yang Yuching; Goodarzi Mark O; Braunstein Glenn D; Karlan Beth Y; Stewart Paul M; Merz C Noel Bairey	Menopause (New York, N.Y.)	2012	19
LIF01184	Yoga decreases insomnia in postmenopausal women: a randomized clinical trial	Afonso Rui Ferreira; Hachul Helena; Kozasa Elisa Harumi; Oliveira Denise de Souza; Goto Viviane; Rodrigues Dinah; Tufik Sergio; Leite Jose Roberto	Menopause (New York, N.Y.)	2012	19
LIF01204	Evaluation of efficacy of estrogen and phytotherapy in oral cavity alterations of women in menopause	Giuca M R; Carli E; Pasini M; Bonfigli D; Cappe M R	Minerva ginecologica	2009	61
LIF01274	Effect of green tea and Tai Chi on bone health in postmenopausal osteopenic women: a 6-month randomized placebo-controlled trial	Shen C-L; Chyu M-C; Yeh J K; Zhang Y; Pence B C; Felton C K; Brismee J-M; Arjmandi B H; Doctolero S; Wang J-S	Osteoporosis international	2012	23
LIF01465	Yoga of Awareness program for menopausal symptoms in breast cancer survivors: results from a randomized trial	Carson James W; Carson Kimberly M; Porter Laura S; Keefe Francis J; Seewaldt Victoria L	Supportive care in cancer	2009	17
LIF01752	The use of complementary and alternative medications by menopausal women in South East Queensland	Gollschewski Sara; Anderson Debra; Skerman Helen; Lyons-Wall Philippa	Women's health issues	2004	14
LIF00023	The characteristics of middle aged Australian women who consult acupuncturists	Sibbritt David; Adams Jon; Young Anne F	Acupuncture in medicine : journal of the British Medical Acupuncture Society	2007	25
LIF01063	Psychological well-being improves in women with breast cancer after treatment with applied relaxation or electro-acupuncture for vasomotor symptom	Nedstrand Elizabeth; Wyon Yvonne; Hammar Mats; Wijma Klaas	Journal of psychosomatic obstetrics and gynaecology	2006	27

Cochrane Library

文献 ID	タイトル	著者	誌名	発行年	巻
LIC00106	Dietary weight loss and exercise interventions effects on quality of life in overweight/obese postmenopausal women: a randomized controlled trial.	Imayama I;Alfano CM;Kong A;Foster-Schubert KE;Bain CE;Xiao L;Duggan C;Wang CY;Campbell KL;Blackburn GL;McTiernan A	The international journal of behavioral nutrition and physical activity	2011	8
LIC00117	[Effects of warm needle moxibustion on bone mass density and biochemical indexes of bone metabolism in patients of postmenopausal osteoporosis].	Zhao LH;Nong ZN;Zhong X;Pang Y;Liang JS;Li XD;Ye FW	Zhongguo zhen jiu = Chinese acupuncture & moxibustion	2008	28

医学中央雑誌

文献 ID	タイトル	著者	誌名	発行年	巻
LIJ00354	短時間の炭酸泉足浴が中高年女性のストレス軽減に及ぼす効果	福留 英明, 松本 悠貴, 豊増 功次	日本循環器病予防学会誌	2011	46
LIJ00425	γ-PGA 含有カルシウムサプリメントを用いた長期介入研究の試み	早瀬 仁美, 平川 史子, 久野 真奈見	福岡女子大学人間環境学部紀要	2004	35
LIJ00434	ビタミン K2(メナキノン-4)添加カルシウム錠薬の長期摂取における有効性および安全性	小松 美穂, 青木 麻実, 大野 正恵, 飯塚 宗秋, 伊藤 博澄, 森下 幸治	薬理と治療	2008	36
LIJ00105	Effect of Low Dose Vitamin K2 (MK-4) Supplementation on Bio-Indices in Postmenopausal Japanese Women	Koitaya Noriko, Ezaki Junko, Nishimuta Mamoru, Yamauchi Jun, Hashizume Erika, Morishita Koji, Miyachi Motohiko, Sasaki Satoshi, Ishimi Yoshiko	Journal of Nutritional Science and Vitaminology	2009	55
LIJ00284	首・肩・上背部刺鍼によるのぼせに対する下肢刺鍼の抑制効果について	岡 由紀子, 飯田 正義, 喜友名 隆之, 矢野 央子, 犬養 広行, 小林 俊郎, 内田 匠治	東洋療法学校協会学会誌	2013	

表 4-1 文献分類表 循環器系分担任

赤字:行内で重複あり 青字:列内で重複あり 橙字:メノポーズと重複あり		糖尿病	高血圧	脂質異常症	肥満	メタボリック症候群/リスク因子	血管性因子	心疾患	脳疾患	心理的因子	その他※
気功	運動/リラクゼーション	LIF00514	LIF01477								
		LIF00827									
太極拳		LIF00233	LIF00233	LIF00233		LIF00411		LIF01087		LIF00780	
		LIF01067				LIF00782				LIF00801	
ヨガ、瞑想		LIF01052	LIF00660		LIF00088	LIF00475		LIF00544		LIF00299	
			LIF00661			LIF00865		LIF00599		LIF00814	
			LIF01385			LIF00875		LIF01091		LIF00856	
			LIF01624			LIF01185		LIF01604			
			LIC00006			LIF01678					
マッサージ		LIF00840	LIF00246		LIF00273					LIF01344	LIF00458
		LIF01137	LIF00626		LIF00844						LIF00622
			LIF00675								
		LIF01009									
森林浴		LIF00878									
足湯		LIF00063									
炭酸水浴										LIF00622	
											LIF00002
鍼						LIF00845	LIF00019	LIF00276			LIF00802
							LIF00701	LIF00862			
							LIF00882	LIF00866			
								LIF00903			
								LIF01578			
								LIC00116			
								LIC00122			
灸							LIC00111				
整骨術							LIF00873				
自然治療 Naturopathic Medicine	各種療法	LIF00071			LIF00437						
		LIF00274			LIC00012						
		LIF00838									
		LIF01324									
心身リラクゼーション療法					LIF00923	LIF00470					
音楽療法						LIF00694					
						LIF01004					
アーユルベータ		LIF00092	LIF00094								
		LIC00060									
精神療法							LIF01386				
行動療法		LIF01357									

認知療法		LIF01065						
手当て療法								LIF00961
温泉療法				LIF01718				
				LIJ00334				
食事		LIF00457	LIJ00009	LIJ00169	LIF00735	LIF00228		
		LIJ00169			LIJ00286	LIF00431		
		LIJ00286				LIF00518		
						LIF00735		
						LIF01118		
化学物質		LIF00517	LIF01547	LIF01242		LIF00566	LIF01089	LIF01493
		LIF00520				LIF01543		LIF00178
		LIF01543				LIF01662		
		LIJ00084						
ハーブ				LIF00094	LIF01162			LIF00178
				LIC00066				
食品		LIF00939	LIF00561	LIF00461	LIF00072	LIF00431	LIF00837	LIC00090
		LIF01417	LIF01475	LIF00709	LIF01494	LIF00965		LIF00622
		LIF01475		LIF00867	LIJ00122	LIF01335		LIF00867
		LIF01727		LIF01244	LIJ00438	LIF01475		LIJ0041
		LIJ00084		LIF01314	LIJ00439			
		LIJ00170		LIF01475				
サプリメント		LIC00096	LIF00399		LIF00817	LIF00409	LIJ00197	LIF00825
					LIF01247			
漢方/Chinese Herbal Medicine		LIF00406			LIF00406			LIC00029
		LIF00846						
		LIF01726						
生薬	漢方 / 生薬	LIF00354	LIF01241	LIF01742				LIC00048
		LIF00942						
		LIC00031						
		LIJ00316						
		LIJ00433						
統合医療			LIF01704			LIF00100		LIF00265
						LIF00951		LIF00320
								LIF00941

※その他 更年期症状、壊疽、便秘、吐き気/嘔吐、咽頭反射、食欲/エネルギー摂取、エネルギー代謝

表4-2 文献分類表 運動器系分担班

赤字:行内で重複あり 青字:列内で重複あり 橙字:メノポーズと重複あり		変形性関節症	骨粗鬆症	骨代謝 / 骨密度	関節リウマチ	関節痛	脊柱疾患	腰痛	線維性筋痛症	疼痛症状	体力/バランス / 転倒/歩行	心理的因子/疲労	その他	
気功	運動 / リラクゼーション			LIF01482					LIF01673				LIF00247	
太極拳		LIF01672	LIF01311	LIF01484	LIF01411				LIF01706		LIF00193	LIF00098		LIJ00251
			LIF01273	LIF00207	LIF01573				LIF00430		LIF00192	LIF00191		
				LIF00211							LIF00194	LIF01103		
				LIF00272							LIF01106	LIF01407		
				LIF00286							LIF01180	LIF01696		
											LIF01181	LIF00277		
											LIF00953	LIF01112		
											LIF00602	LIF00215		
											LIF00528	LIF01109		
											LIF01309	LIC00043		
										LIF00129	LIC00053			
ストレッチ								LIJ00057						
運動プログラム													LIJ00035	
Takizawa Program														
bioenergetic synchronization technique													LIF00976	
ヨガ/瞑想	LIF00854				LIF01111	LIF00164	LIF01673	LIF01754	LIF00209					
						LIF00977		LIF01567	LIF01698					
						LIJ00233		LIF01453						
								LIF00473						
鍼・鍼灸・灸	LIF01560	LIJ00140	LIC00117	LIJ00254			LIF00797	LIF01412	LIF00335	LIJ00429	LIF00024	LIF01747		
	LIF00287			LIJ00306			LIF01452		LIF00219			LIF01483		
	LIF00331						LIJ00403		LIJ00279			LIC00065		
	LIF00334								LIJ00428			LIC00082		
	LIF01410											LIC00121		
												LIC00253		
													LIJ00280	
													LIC00282	
													LIJ00445	
									LIF00982	LIF00976			LIF00289	
カイロプラクティック												LIF01450		
												LIC00050		
												LIC00079		
マッサージ												LIC00113		
オステオパシー												LIF01682		

温熱療法			LIJ00149		LIF00210				
認知療法					LIF01019			LIC00017	
音楽療法								LIJ00314	LIC00020
心理療法									LIC00032
温泉/入浴				LIJ00308	LIJ00308	LIJ00307	LIJ00117		LIJ00278
						LIJ00241	LIJ00305		LIJ00310
							LIJ00333		LIJ00332
							LIJ00420		LIJ00335
									LIJ00336
足浴							LIJ00186		
							LIJ00244		
							LIJ00325		
							LIJ00331		
アロマセラピー									LIJ00322
森林浴								LIJ00302	
ホメオパシー				LIF01564		LIF00353			
						LIF01130			LIF01130
マイクロ波				LIF00017					
化学物質		LIF01722	LIF01104			LIF00135		LIF00135	LIJ00440
ハーブ		LIC00038		LIF01315		LIF01315			
食品		LIJ00434	LIF00286			LIJ00250	LIJ00158		LIJ00012
		LIJ00011	LIC00108						
サプリメント/ ビタミン		LIF01131	LIJ00034	LIF01521	LIF00498	LIF00135	LIF00553	LIF00135	LIC00098
		LIJ00091	LIJ00236	LIF00562			LIJ00173		LIJ00141
			LH00342	LIC00108			LIJ00265		LIJ00151
			LH00425	LIJ00106					
			LIJ00095						
漢方/ Chinese Herbs	漢方/ 生薬	LIF00262	LIF00397			LIF00262			LIF01313
			LIF00876			LIJ00180			LIJ00113
			LIC00112						
中医学	中医学					LIF01632			
推拿 (ついな)			LIC00124						
			LIC00125						
統合医療						LIF00842			LIF00511
ハイソックス								LIJ00369	

※その他

筋タンパク量、車椅子高齢者の健康、頸部痛症例での副作用出現、凍結肩、むち打ち症、股関節手術後の浮腫
 スポーツ外傷、スポーツによる下肢挫傷の予防、手指痺れ、筋疲労、自律神経機能、ハムストリング筋損傷の予防
 小児脳性麻痺、股関節臼蓋形成不全の股関節発達、手の手術後の疼痛・皮下出血、精神疾患患者の運動機能
 がん放射線治療後の心理・身体機能、外傷性脳損傷後の歩行・上肢機能、脳梗塞後の血流・神経機能

表 4 - 3 文献分類表 婦人科系分担任

		心血管疾患/リスク因子	がん	骨粗鬆症/骨折	骨量/骨代謝	運動機能	認知	更年期症状	不眠	口腔症状	QOL, ストレス
赤字:行内で重複あり 青字:列内で重複あり 緑字:メタボリックと重複あり 橙字:メノポーズと重複あり											
太極拳	運動/リラクゼーション			LIF00272	LIF00207 LIF00211 LIF01274	LIF00427					
ヨガ	リラクゼーション	LIF01185						LIF01182 LIF01465	LIF01184		
鍼	整体				LIC00117			LIF00402 LIF00418 LIF00606 LIF01183 LIF00023 LIF01063 LIJ00284	LIF00606		
炭酸泉足浴	療法										LIJ00354
食餌療法	療法										LIC00106
自然治療								LIF00798			
化学物質		LIF00707 LIF01662	LIF00707	LIF00707				LIF01166 LIF00707			
ハーブ	食品摂取						LIF01167	LIF00603 LIF00818		LIF01204	
食品	食品摂取	LIF00867			LIF01274 LIJ00434			LIF00867			
サプリメント					LIJ00425 LIJ00105	LIF01167	LIF00708	LIF00401			
漢方				LIF00876							
統合医療								LIF01017 LIF01752			

図1 日本ナースヘルス研究における運動法・代替治療法関連の調査項目

(登録時、2, 4, 6, 8, 10, 12、年目調査)

次に、勤務以外の身体活動についてお訊ねします。

問 36. 過去1年間で、下記のような生活活動や運動を、平均すると1週間に、どのくらい行いましたか。
(勤務時間中における身体活動と軽度の身体活動は含みません)

例) 毎日、通勤での歩行が20分、体操を10分行っている場合、

中等度強度の身体活動は $7日 \times 10分 + 5日 \times 20分 = 170分$

一週間に、1時間のジョギングを2回行っているのであれば、強い強度の身体活動は120分/週



36-1) 中等度強度 (3メッツ以上6メッツ未満) の生活活動
通勤・買い物等のための歩行、自転車での移動、掃除、軽い荷物運び
子どもと遊ぶ・動物の世話、床掃除、風呂掃除といった重めの家事など

			分/週
--	--	--	-----

36-2) 中等度強度 (3メッツ以上6メッツ未満) のスポーツ・運動
体操、ウォーキング、自転車エルゴメーター、卓球、ソフトボール、バレーボール
バドミントン、ゴルフ、パレオ、ジャズダンス、水中運動など

			分/週
--	--	--	-----

36-3) 強い強度 (6メッツ以上) の生活活動
家具や家財道具の移動・運搬、雪かき、重い荷物の運搬
農作業・畑仕事、養鶏、階段を上がる、荷物を上の階へ運ぶなど

			分/週
--	--	--	-----

36-4) 強い強度 (6メッツ以上) のスポーツ・運動
ジョギング、水泳、スキー、エアロビクス、山登り、バスケットボール
ウェイト・トレーニング、テニス、サイクリング、サッカー、など

			分/週
--	--	--	-----

問 37. 平均すると、睡眠時間は一日何時間ですか。

--	--

 ...

--

 時間/日

問 38. 普段のあなたの歩く速度は、同年代女性と比べて以下のどれに最も近いですか。

1. 少し遅い (時速 3.5km 未満)	2. 標準的 (時速 3.5~4.9km)	3. 少し速い (時速 5.0~6.4km)	4. とても早足 (時速 6.5km 以上)
--------------------------	--------------------------	---------------------------	---------------------------

(登録後 4 年目、6 年目、8 年目、10 年目、12 年目)

3) 閉経の前後で、次のような症状がありましたか。(複数回答可)

- | | | |
|------------------|-----------------|-----------------|
| 1. 顔や上半身がほてる | 2. 汗をかきやすい | 3. 腰や手足が冷える |
| 4. 動悸、息切れ | 5. 寝つきが悪い、眠りが浅い | 6. イライラする、怒りっぽい |
| 7. めろうつになる | 8. 頭痛、めまい、吐き気 | 9. 疲れやすい |
| 10. 肩こり、腰痛、手足の痛み | | |

4) 更年期症状を改善するために治療を受けたり、代替療法などを行いましたか。

- | | |
|---------------|---|
| 1. いいえ | → |
| 2. はい、現在受けている | |
| 3. はい、過去に受けた | |

5) どのような治療ですか。(複数回答可)

- | | | |
|-------------------|------------------|--------|
| 1. ホルモン補充療法 | 2. 精神安定剤 | 3. 漢方薬 |
| 4. 心理療法、カウンセリング | 5. ハーブ療法、アロマセラピー | |
| 6. 健康食品、サプリメントの利用 | | |
| 7. その他 () | | |

(登録後 12 年目調査票)

問 39. 現在 あなたは首、肩、腰、膝など、身体が痛む、もしくは痛みのために治療を受けていますか。

- | | | |
|-------|--------|------------------------|
| 1. はい | 2. いいえ | → 「いいえ」の方は、問40にお進み下さい。 |
|-------|--------|------------------------|

39-1) その部位はどこですか。あてはまる箇所すべてに○印をつけて下さい。

- | | | | | | | |
|----------------------------------------------|------|-------|------|------|----------------|-------|
| 1. 首 | 2. 肩 | 3. 背中 | 4. 腰 | 5. 膝 | 6. 足(かかと、足指など) | 7. 手首 |
| 8. 手指 9. 肘 10. 骨盤 11. 殿部 12. 股関節 13. その他 () | | | | | | |

39-2) 医師による治療は受けましたか。あてはまるものすべてに○印をつけて下さい。

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1. 治療を受けていない | 2. 保存的治療 (薬物療法、装具療法、物理療法など) |
| 3. 手術療法 4. 運動療法 5. その他 () | |

39-3) 医師の処方ではない治療を行っていますか。あてはまるものすべてに○印をつけて下さい。

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| 1. 特に行っていない | 2. 体操 (日本整形外科学会の膝痛・腰痛体操など) |
| 3. 一般薬の使用 (消炎解熱薬など) | 4. 鍼灸療法 5. 整体・カイロプラスティック |
| 6. マッサージ 7. その他 () | |

