

不妊治療専門施設におけるミトコンウォークの有用性の検討

田中久美子、金美友姫、松田明子、馬場綾美、阿江大樹、西原卓司、姫野隆雄、森本義晴
HORAC グランフロント大阪クリニック

【目的】 当院では、卵巣機能の改善、不妊治療中のストレスの低減を目的として、ミトコンウォークを行っている。ミトコンウォークとは、ミトコンドリアの活性化を目的に森本義晴が考案したウォーキング法である。今回ミトコンウォークが、不妊治療施設における体外受精胚移植の成績やストレスケアに及ぼす効果について明らかにする目的で検討を行った。

【方法】

当院で体外受精胚移植を受けた 122 例にアンケート調査を行った。初診時にミトコンウォークの紹介をし、希望者に対し専門のインストラクターの指導下を実施している。

検討 1 では、ミトコンウォークの認知度、実施された頻度について、検討 2 では、妊娠率、流産率については、ミトコンウォーク実施群と未実施群を 40 歳未満群と、40 歳以上群（以上群）で分けて検討を行った。検討 3 では、ミトコンウォークが特に有効であった症例を紹介したい。

【結果】

（検討 1）上記 1. 2. の実施により、認知度は、95.9%、インストラクターの指導を受けた割合は 63.1%、実際に行った患者の割合は 63.9%であった。実際に行っている患者のうち、週 1 回実施が 32.1%、週 2 回実施が 39.7%、週 3 回以上が 28.2%であった。

（検討 2）実施の有無と妊娠率・流産率との関連は、未満群では妊娠率が実施群 61.8%、非実施群 65.0%、以上群では実施群 31.7%、非実施群 36.4%であり、両群で有意な差はみられなかった。また、流産率は未満群では実施群 33.3%、非実施群 15.4%、4 以上群では実施群 23.1%、非実施群 25.1%であり、両群で有意な差はみられなかった。

（検討 3）「採卵時の卵の質が上がった」「血流改善となった」「気持ちがりフレッシュした」

【考察】

妊娠率、流産率に有意差はみられなかったが、統合医療の効果の現われ方には個人差があり評価が難しい現状がある。ただし、アンケートの自由記述では、胚の質が上がった、生理周期の乱れや冷えの改善がみられたなどの意見があり、不妊治療でのストレス低減することが示唆された。今後の課題として効果の仕方を工夫していきたい。