

研究結果【介入群と対象群における前後の比較】

変数	介入群(n=14)			対照群(n=16)			p値 (介入群変化量 対 対照群変化量)
	ベースライン	実施後	平均変化量	ベースライン	実施後	平均変化量	
POMS 抑うつ・落込み	2.00	0.57	-1.43	2.25	1.56	-0.69	0.28
POMS 疲労・緊張	5.21	1.29	-3.92	6.88	4.00	-2.88	0.22
VAS 肩こり	1.64	0.36	-1.28	1.50	1.31	-0.19	0.00*
VAS 疲労感・だるさ	2.36	0.14	-2.22	2.06	1.50	-0.56	0.00*

* p < 0.05 Mann-WhitneyのU検定