

# プラシーボ効果の世界

保健班：飯居華美友 折戸日向子 北川公菜  
下防瑞紀 中川理彩

## 1. はじめに

プラシーボ効果とは薬効成分を含まないプラセボ(偽薬)を薬だと偽って投与された場合、患者の病状が良好に向かってしまうような治療効果であり、本来医療現場で、薬の開発や過剰な薬の摂取を防ぐために使われている。そこで、日常生活でもプラシーボ効果は存在するのか、どのように活用できるのかということに興味を持ち調査した。

## 2. 実験方法

◎プラシーボ効果の有無を調べるために実験①、②を行った。

<実験①> 柔軟運動 偽薬：チョコレート

1日目：通常測定→偽薬を用いた測定

2日目：通常測定→偽薬と知った上での測定

<実験②> 100マス計算

2つのグループに分けて測定した。

1.成績が優秀であったという趣旨の紙を配布 2.何もなし

◎伝え方でプラシーボ効果に差がみられるかを調べるために実験③を行った。

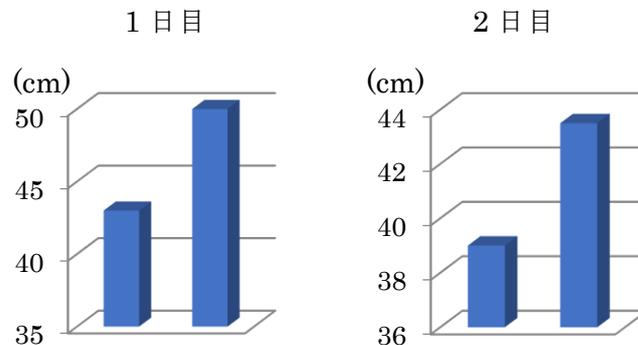
<実験③> 背筋力 偽薬：ガム

・3つのグループに分けて測定

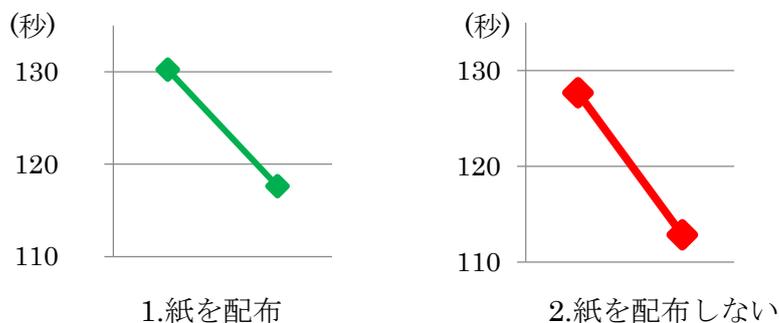
1.口頭での説明 2.プリントを配布+説明 3.説明なし

## 3. 結果

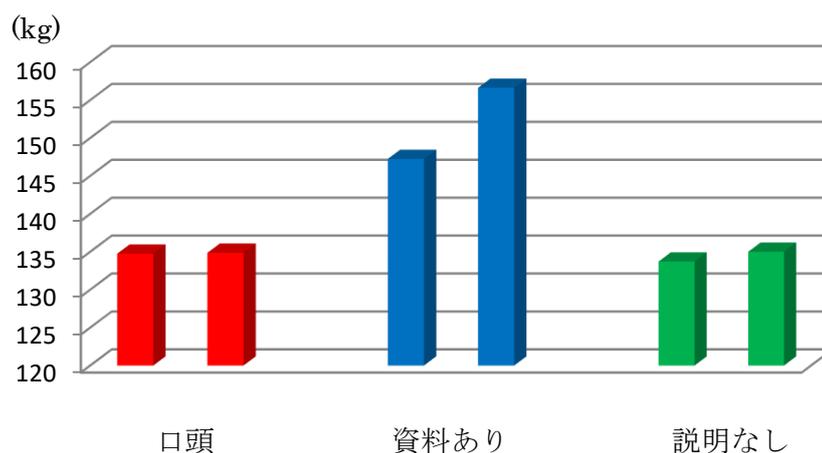
<実験①> チョコレートを配布した後の方が記録が向上した。



<実験②> 紙を配布したグループのタイムは速くなったが、配布しなかったグループと比べると向上率は低かった。



<実験③> 口頭での説明より、プリントを配布した方が筋力がUPした。



#### 4. 考察

実験①より、柔軟運動ではプラシーボ効果がみられる。また、偽薬だと分かった上でも効果がある。

実験②より、プラシーボ効果を発揮するためには被験者の意欲を向上させることが必要だと分かった。

実験③より、聴覚だけではなく、視覚と聴覚両方を組み合わせて利用したほうが、プラシーボ効果がより期待できる。

#### 5. 参考文献

プラセボ製薬株式会社 HP

<https://placebo.co.jp/placebo-dictionary/placebo-effect/>