

CARDIAC COHERENCE AND POSTTRAUMATIC STRESS DISORDER IN COMBAT VETERANS

Jay P. Ginsberg, PhD; melanie E. berry, mS; Donald A. Powell, PhD

ALTERNATIVE THERAPIES, jul/aug 2010, VOL. 16, NO. 4

心臓のコヒーレンスと退役軍人の PTSD

背景:

アフガニスタンやイラクから帰還した退役軍人の PTSD 治療の必要性が非常に高まっている。PTSD のいくつかの研究は、HRV の低下や初期の段階での情報処理(注意力と即時記憶)の欠如との関連性を示しているが、コヒーレンスと認知低下の共起についてはまだ研究がない。

主な研究目的:

退役軍人のコヒーレンスと情報処理の共分散の評価のための予備研究が行われた。さらなる研究目的は、コヒーレンスと情報処理における HRV バイオフィードバック(HRVB)の効果であった。

方法/デザイン:

PTSD のある軍人とない軍人の2つのグループで、コヒーレンスと情報処理が前後で測定され、ベースラインの共分散が測定された。

設定:

退役軍人の医療センターにて行われた。

参加者:

イラクまたはアフガニスタンから帰還し PTSD のある退役軍人 5 名と PTSD がないが比較的戦闘に晒された 5 名の現役軍人。

介入:

HRVB の専門家に4週に1度会い、HRV パターンについて可視でのフィードバックを受け、一方で、共鳴周波数呼吸にポジティブな感情を取り入れたトレーニングを受けた。

主な結果測定:

心臓のコヒーレンス、単語の学習、警報の反応時間、数字の逆唱。

結果:

全ての参加者が、心臓のコヒーレンスができるようになり、HRVB トレーニング後にはコヒーレンス率の顕著な増加がみられた。情報処理の著しい改善も見られ、コヒーレンスの増加の程度は、認知の改善の仲介のようであった。

結論:

心臓のコヒーレンスは、個別の注意力に極めて重要な副交感神経の心臓の減速を統制し、調節力に影響を与える強さの指標である。