

1. 感染症 (A162 肺結核)

文献

Viswaswarah NK, et al. Randomized trial of yoga as a complementary therapy for pulmonary tuberculosis. *Respirology*; 2004; 9: 96–101. Pubmed ID:14982609

1. 目的

肺結核患者について、肺活量と細菌学的な見地からヨガ群と呼吸意識化群における抗結核治療の効果について比較検討する。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

Vivekananda Yoga Research Foundation (インド、Bangalore)

4. 参加者

肺結核患者 (20 歳～55 歳)

5. 介入

SVYASA の肺結核患者用ヨガセラピープログラム 1 回 60 分/週 6 時間/2 か月間

Arm1 : (介入群) ヨガ群 25 人

Arm2 : (コントロール群) 呼吸意識化群 23 人

抗結核治療(ATT)の処方計画として、2 か月間の集中治療期にストレプトマイシン 0.75 mg (筋肉注射を毎日)、イソニアジド 300 mg (経口を毎日)、チオアセタゾン 150 mg (経口を毎日)を投与した。その後、10 か月間の継続期にはイソニアジド 300 mg とチオアセタゾン 150 mg (経口を毎日)を投与した。

6. 主なアウトカム評価指数

体重、症状得点 (symptom scores)、肺機能 (FVC, FEV1, FEV1/FVC%)、喀痰顕微鏡検査、喀痰培養、X 線画像、服薬率を、介入前後の 2 回検討した。

7. 主な結果

介入後、ヨガ群では症状得点が有意に減少し、体重、FVC、FEV1 は増加した (P=0.001)。コントロール群でも、症状得点は減少し (P=0.02)、体重と FEV1 (P=0.04) は増加した。さらにヨガ群では、コントロール群と比べて、30 日と 45 日に顕微鏡検査にて喀痰が転換 (所見の改善) した者が有意に多かった (P=0.045 and P=0.002)。60 日後、ヨガ群 (13 人中 10 人) はコントロール群と比べて喀痰培養が陰性の患者が多く (P=0.005)、X 線画像における改善がみられた者も多かった (P=0.001)。

8. 結論

感染の改善水準、X 線画像、FVC、体重増加、症状の軽減から、ヨガは肺結核の治療技術において相補的な役割を担うことが示唆される。

9. 安全性に関する言及

なし

10. ドロップアウト率とドロップアウト群の特徴

0%

11. ヨガの詳細

(1) シンプル・ブリージング・エクササイズ 30 分間 (呼気と吸気を体の動きに同調させて、呼吸を意識化する) これらの実習は、身体の熱を下げ、特に呼吸器系疾患に有用であると伝統的に見なされている (2) プラーナーヤマ 20 分間 (吸気と呼気の割合は 1:2) (3) シャバ・アーサナ (仰臥位でのリラクゼーション) 10 分間。

12. Abstractor のコメント

継続期についても確認したいものである。今後はヨガに伴う免疫の変化について報告されることを期待する。

13. Abstractor の推奨度

肺結核患者に対し、相補的な役割としてヨガを推奨する。

14. Abstractor and Date

野坂 見智代 岡 孝和 2013.12.27