

## 10. 呼吸器系の疾患 (J459 子供運動誘発性気管収縮)

### 文献

Tahan, F. et al. Is yoga training beneficial for exercise-induced bronchoconstriction? *Altern. Ther. Helth Med.* 2014, 20: 18-23. Pubmed ID:24648359

### 1. 目的

小児運動誘発性気管支収縮に対するヨガの効果を評価する。

### 2. 研究デザイン

運動による期間収縮の有無による二群間の比較

### 3. セッティング

The Erciyes University School of Medicine, Pediatric Allergy Unit, in Kayseri (トルコ)

### 4. 参加者

6-17歳の喘息を罹った子供24名

### 5. 介入

1回60分/週2回/3ヶ月

Arm1:(介入群) 運動負荷に陽性の子供: ヨガ群 10名

Arm2:(コントロール群) 運動負荷に陰性の子供 10名

### 6. 主なアウトカム評価指数

FVC(肺活量)、LgE濃度、好酸球数、FVC(肺活量)、FEF25-75(強制吐息流量)、PEFR(最大吐息流量率)、肺活量測定値、呼吸機能検査を介入前、介入後の、それぞれ運動チャレンジ前と直後の2回測定。

### 7. 主な結果

群間比較: ベースラインでは、運動前、両群でスパイロメトリー測定値に差はなかった。ヨガ実習後の運動後のスパイロメトリー測定値にも両群で差はなかった。

群内比較: 運動負荷陽性群では、ヨガ実習後、運動後のFEV1%の低下が有意に改善した。ヨガ実習後、運動負荷陽性の喘息患者すべてが、陰性の喘息者となった。

### 8. 結論

ヨガの実習は運動誘発性気管支収縮に有用な効果がある。より良い喘息の制御法として、ヨガの実習は薬物療法に代わりうると研究チームは考えている。

### 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

(運動に積極的な子供群):5名 (運動に消極的な子供群):1名 両群共に理由は不明

### 11. ヨガの詳細

1.アーサナ40分 2.呼吸法10分 3.リラクゼーション10分。具体的な内容の記述なし。

### 12. Abstractor のコメント

ヨガ実習が運動誘発性喘息に効果があるように思われる。実習の具体的な内容を知りたいところである。

### 13. Abstractor の推奨度

子供の運動誘発性気管支収縮に対して、ヨガが効果的かどうかどちらとも言えない。

### 14. Abstractor and Date

中沢 伸重 岡 孝和 2014.12.11