

1.3. 筋骨格系および結合組織の疾患 (M7909 線維筋痛症)

文献

Schmidt S, et al. Treating fibromyalgia with mindfulness-based stress reduction: results from a 3-armed randomized controlled trial. *Pain*. 2011 Feb;152(2):361-9. PubMed ID:21146930

1. 目的

線維筋痛症患者に対するマインドフルネスに基づいたストレス低減プログラム MBSR の効果検討。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

University of Freiburg Medical Center Interdisciplinary Pain Unit

4. 参加者

線維筋痛症患者の女性(18-70 歳)177 名

5. 介入

Arm1: MBSR 群 59 名 1 回 150 分と 420 分の実習を週 1 回ずつ 8 週間(期間中 45-60 分の自宅実習を毎日) プログラムにヨガを含む

Arm2: 活動対照群 59 名 1 回 150 分と 420 分の実習を週 1 回ずつ 8 週間(期間中 45-60 分の自宅実習を毎日)段階的筋弛緩法や線維筋痛症向けストレッチなど

Arm3: 待機群 59 名

6. 主なアウトカム評価項目

Health related quality of life(HRQOL)(生活の質評価)、Fibromyalgia Impact Questionnaire(FIQ)(線維筋痛症の健康への影響評価)、CES-D(抑うつ評価)、STAI(不安の評価)、PSQI(睡眠の評価)、PPS(痛みの評価)、FMI(自己帰属の評価)、GCQ(身体症状の評価)を、介入前、8 週後、16 週後の 3 回測定。

7. 主な結果

8 週後の HRQOL は全体的には改善が見られた($p=0.004$)が、改善率において全群で有意差はなかった。FIQ の臨床的に意義のある最小変化量 (14%) 以上の変化を示した者の割合も三群間で差はなかった。他の項目では、介入前後の比較で有意に改善した項目が MBSR では 6 項目、アクティブコントロール群では 3 項目、待機群で 2 項目であった。

8. 結論

MBSR 群の患者が最も恩恵をうけているようにみえるが、結果は線維筋痛症に対する MBSR の有意な有効性を支持しなかった。

9. 安全性に関する言及

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

(MBSR 群):6 名 (活動対照群):3 名 (待機群):0 名 理由は不明

11. ヨガの詳細

記載なし

12. Abstractor のコメント

研究は事前研究とは異なる研究を示した。患者の病態や募集法、ランダム化手順などの方法論の違いが結果に影響を与えたのかもしれない。

13. Abstractor の推奨度

線維筋痛症の女性に対して積極的に MBSR を勧めない。

14. Abstractor and Date

菊池 嘉朋 岡 孝和 2013.4.7