

2. 新生物 (C509 放射線療法を受けている乳がん患者)

文献

Vadiraja SH, et al. Effects of yoga on symptom management in breast cancer patients: A randomized controlled trial. International Journal of Yoga,2009; (2): 73-79 Pubmed ID:20842268

1. 目的

アジュヴァント放射線療法を受けている乳がんの外来患者に対してヨーガ療法と短期支持的療法を行った各群の苦痛を伴う症状への効果を比較する。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

2つの病院の癌センター(インド)

4. 参加者

アジュヴァント放射線療法を受ける前にステージIIとステージIIIと診断を受けた乳がん外来患者(30-70歳) 88名

5. 介入

SVYASA ヨーガ療法 統合的ヨガプログラム

Arm1:(介入群)ヨガ群 44名 1回60分/18~24回/6週間

Arm2:(コントロール群)短期支持的療法 44名 1回15分/3~4回/6週間

6. 主なアウトカム評価指数

Rotterdam Symptom Check List(症状、精神的苦痛、日常生活の障害)、European Organization for Research in the Treatment of Cancer—Quality of Life (QOL) 介入前後で2回。

7. 主な結果

介入群はコントロール群に比べて、補助放射線療法の前後で、心理的苦痛(p=0.011)、疲労感(p=0.007)、不眠(p=0.001)、食欲不振(p=0.002)が有意に減少し、活動レベルが(p=0.02)有意に改善した。身体的・心理的苦痛と、疲労感、吐き気、嘔吐、疼痛、呼吸困難、不眠、食欲不振そして便秘との間で、有意な正の相関が認められた。活動レベルと、疲労感、吐き気、嘔吐、疼痛、呼吸困難、不眠そして食欲不振との間で、有意な負の相関が認められた。

8. 結論

この研究結果は、乳がん患者のがんと治療に関連する症状のマネージメントとして、ヨガによる介入が有益であることを示唆している。

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

(介入群):2.3%(理由:継続の否定、時間的制約)

(コントロール群):12.5%(理由:転院、他の療法へ移行、継続の否定、時間的制約、感染症の発症)

11. ヨガの詳細

訓練を受けたヨーガ療法士がマンツーマンで指導。(1)体位法(アーサナ) (2)呼吸法(プラーナーヤーマ) (3)瞑想 (4)ヨガリラクゼーション技法(心音共鳴法 mind-sound resonance technique とサイクリック瞑想)

12. Abstractor のコメント

本研究では、一般的に治療対象として扱われないがんの治療過程における疼痛、疲労感、抑うつが患者の症状をより苦痛に感じさせている悪循環に着目し、ヨガ介入により身体面及び精神(認知、意識化、心理教育、気分状態)面に統合的にアプローチし、実習者の症状の感じ方に変化をもたらし、症状のマネージメントが効果的に行われることを示唆している。

13. Abstractor の推奨度

乳癌患者に対してヨガを勧める。

14. Abstractor and Date

色部 理恵 岡 孝和 2013.5.29