

## 2. 新生物 (C509 乳がん患者術後の創傷治癒)

### 文献

Rao RM, et al. Influence of yoga on postoperative outcomes and wound healing in early operable breast cancer patients undergoing surgery. International Journal of Yoga, 2008; Vol.1:33-41. Pubmed ID:21829282

### 1. 目的

外科手術を受ける初期乳がん患者に対するヨーガ療法の術後の結果ならびに創傷治癒に対する効果を検討する。

### 2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

### 3. セッティング

インド・バンガロール所在のがん患者のための包括的医療センター

### 4. 参加者

乳がんのステージII、IIIと診断され1~4週間以内に手術予定の患者98名(30-70歳)

### 5. 介入

SVYASA ヨーガ療法 統合的ヨガ 1回30分/手術前後に4回/退院後は毎日3週間

Arm1:(介入群) ヨガ群 33名

Arm2:(コントロール群) 支持的カウンセリングと術後リハビリ群 36名 (ヨガと同頻度)

### 6. 主なアウトカム評価指数

術後のドレーン装着日数、入院日数、抜糸までの期間、術後の合併症の有無、血漿サイトカインレベル (soluble IL-2 receptor (IL-2R), TNF-a, IFN-g)、手術前と手術4週後の2回測定。

### 7. 主な結果

介入群はコントロール群に比べて有意にドレーン装着日数が減少 ( $p=.001$ )、抜糸までの期間 ( $p=.031$ ) と入院日数が短縮した ( $p=.003$ )。術後の期間 (Postoperative duration) の差は有意でなかった ( $p=.25$ )。合併症を発生した患者の割合は介入群 (6.1%) の方が、コントロール群 (22.2%) より低かった。TNF-aは、コントロール群では手術前後で有意に増加した (基準  $p<.05$ ) が、介入群では減少した ( $p<.001$ )。IL-2R と IFN-gは両群で差はなかった。

### 8. 結論

ヨガは手術治療を受ける初期乳がん患者の術後の合併症減少に有効であることが示唆された。

### 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)(コントロール群)合わせて29.6%。理由は①他の病院への転院、②他の補完的方法で治療、③ヨーガ療法に関心なし、④時間的制約、⑤他の疾患を併発。

### 11. ヨガの詳細

ストレス軽減と肩の可動性改善を目標とする「統合的ヨガプログラム」を受講。呼吸法 (意図的にコントロールした鼻からの呼吸)、ヨガのリラクゼーション・テクニカル。

### 12. Abstractor のコメント

ヨーガ療法による内面への気づきとリラクゼーション効果は、認知的思考と感情を変容し、ストレスフルな状況や刺激に対する受け身の姿勢を低減させる効果をもつ。この効果が、手術直後の抑うつ状態を低減し、術部に炎症性サイトカインに向かわせるストレスホルモンの分泌というメカニズムが発動することを抑制し (バッファとなった) については術部の治癒に良い影響を与えたと考えられる。臨床施設を持つSVYASA ならではの西洋近代医療の現場で、ヨーガ療法を実施した研究として価値があると考えられる。サイトカインに注目し、これを絡めて機序を考察している点も興味深い。

### 13. Abstractor の推奨度

手術を受けた乳がん患者の術後ケアとしてヨガを勧める。

### 14. Abstractor and Date

村上 真 岡 孝和 2013.8.31