

2. SR 新生物 (C509 乳がん女性の心理的機能と QOL)

文献

Zhang J, et al : Effects of Yoga on Psychologic Function and Quality of Life in Women with Breast Cancer : A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials.

J Altern Complement Med. 2012 Nov;18(11):994-1002. PubMed ID:22909345

1. 背景

無作為化対照試験 (RCTs) を用いた乳癌患者のためのヨガベースの介入では、疲労や抑うつ、不安を減少させ、幸福の主観的な指標を改善したことを示している。疾患関連症状に対するヨガの効果に関する研究に加えて、一部の研究者は、乳癌患者における治療誘発性の不快感、嘔吐、他の関連する副作用におけるヨガの効果を報告している。しかし、ヨガの幅広い臨床適用と、このような治療構造を持つ肯定的な経験にもかかわらず、データとして乳癌に対するヨガの効果についての定量的なレビューが公開されていない。

2. 目的

乳癌女性における心理的機能と生活の質 (QOL) へのヨガの効果を評価すること。

3. 検索法

PubMed、EMBASE、Cochrane Library、Chinese Biomedical Literature Database、Chinese Digital Journals Full-text Database の系統的な検索を行った。

4. 文献選択基準

乳癌女性の心理的機能と QOL における、介入を受けない対照群に対するヨガの効果を検討する無作為化対照試験 (RCTs) が含まれているもの。

5. データ収集・解析

RCTs を含む方法論の質は、介入の系統的レビューのためのコクランハンドブック 5.0.1 に従って評価し、データはコクラン共同計画のレビューマネージャー5.1 を用いて分析した。

6. 主な結果

382 人の患者を含む 6 つの研究が含まれていた。本メタアナリシスは、**ヨガは乳癌女性の QOL をヨガが向上させることができることを示した**。QOL の結果に対してヨガを奨励する統計的に有意な効果が見出された (SMD=0.27、95%CI [0.02, 0.52]、P=0.03)。しかしながら、**不安や抑うつ、苦悶、睡眠のような心理的機能の結果におけるヨガの効果は予期せぬ方向で、これらの効果は統計的に有意ではなかった**。疲労も有意差を示さなかった ($p>0.05$)。

7. レビュアーの結論

QOL の改善という点に対して、**わずかに効果的であったことを除いて、現時点のデータは、ヨガが乳癌女性に適用されたときの有効性を示さなかった**。この結果は、方法論的な質が高くない、わずかな証拠に基づいている。この人々へのヨガ実習の有用性を明確にするためには、大きなサンプルサイズによるさらに適切に設計された RCTs が必要である。

8. 要約者のコメント

レビュアーの結論でも述べているように、さらに大きなサンプルサイズの適切な RCT 研究を一層進めることが必要である。

大友 秀治 岡 孝和 2016年12月26日