

5. 精神および行動の障害 (F524 早漏症)

文献

Mamidi P et al : Efficacy of certain yogic and naturopathic procedures in premature ejaculation: A pilot study, International Journal of Yoga, 2013 Jul-Dec; 6(2): 118-122

1. 目的

早漏 (PE) マネージメントにおけるヨガ治療と自然療法治療の有効性を比較する。

2. 研究デザイン

比較臨床研究

3. セッティング

記載なし

4. 参加者

20~60歳のDSM-IV TR 診断基準を満たすPE患者12名

5. 介入

ヨガ群: ムードラ、バンダ、プラナヤマ、様々なアサナを毎朝6-7時の1時間21日間
自然療法治療群: 下腹部のマッサージ、スチームバス、座浴、lingasnana(陰茎浴)、下腹部の泥パック、指圧を毎日1時間(朝30分、夕30分)21日間

Arm1:(介入群)ヨガ群 6名

Arm2:(介入群)自然療法治療群 6名

6. 主なアウトカム評価指数

Premature Ejaculation Severity Index (早漏症自己報告)のスコア、治療前後の計2回。

7. 主な結果

総体的なPESIスコアでヨガ群7.3%($P<0.01$)、自然療法治療群2.4%($P>0.05$)の軽減がみられたが両群間で有意差は認められなかった。両方の治療ともPESI得点の軽減 (<25%) はみられなかった。

8. 結論

ヨガ治療、自然療法治療で総体的なPESIスコアの軽減はみられなかった。両群の治療有効性の有意差はなかった。

9. 安全性に関する言及

重大な副作用やドロップアウトは報告されていない。

10. ドロップアウト率とドロップアウト群の特徴

なし

11. ヨガの詳細

体を緩めるエクササイズ(ストレッチや回転運動)、スリヤナマスカーラ、シッダアサナ、パドマアサナ、ウシュトラアサナ、ノウカサナ、パワナムクターサナ、ヨガムドラアサナ、シャバアサナ、セツバンダアサナ、ブジャンガアサナ、マツヤアサナ、ダニユラアサナ、シャラバアサナ、ハラアサナ、クールマアサナ、パスチモッターナアサナ、ヴィジラナサ各自の柔軟性や利便性に応じて上記のいくつかをムーラバンダ、Vajroli ムードラ、アヌローマ・ヴィローマプラナヤマ、アグニサーラ。

12. Abstractor のコメント

小規模、短期間の研究である為、総体的な有効性はなしの結果が出ているが、今後は多数例、長期間での研究が望まれる。

13. Abstractor の推奨度

PE マネージメントにおいて、ヨガが有効かどうかどちらとも言えない。

14. Abstractor and Date

篠原 佳子 岡 孝和 2015.2.28