

5. 精神および行動の障害 (F20 統合失調症)

文献

Visceglia E, et al: Yoga Therapy as an adjunctive Treatment for Schizophrenia: A Randomized, Controlled Pilot Study. The Journal of Alternative and Complementary Medicine (2011) 17(7), 601-607. PubMed ID:21711202

1. 目的

精神病施設に入院中の成人統合失調症患者の症状と QOL に対するヨガセラピープログラムの効果を検討する。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

米国ニューヨークの精神病施設 (Bronx Psychiatric Center, Bronx, NY)

4. 参加者

18名 (DSM-IV)の第1軸診断で統合失調症と診断された臨床的に安定した入院患者。数名は統合失調性感情障害または PTSD と併せて診断されている。ヨガ群のうち5名、待機群のうち4名は第2軸でも障害ありと診断されている。

5. 介入

ヨガセラピー 1回45分/週2回/8週間

Arm1:(介入群) ヨガ群 (10名)

Arm2:(コントロール群) 待機群 (8名) 介入試験を8週間行なった。

6. 主なアウトカム評価指数

PANSS(全般的な統合失調症の精神状態)、 WHOQOL-BREF (WHO QOL 質問紙) を介入前、介入後で比較。

7. 主な結果

ヨガ群はコントロール群と比較して、PANSS の有意な改善[Total($p < .00$), 下位尺度 positive syndrome($p = .02$), negative syndrome($p < .01$), general psychopathology($p < .00$), activation($p = .04$), paranoia($p < .01$), depression($p = .02$)が見られた。WHOQOL-BREF は Physical Health Domain ($p = .04$)、 Psychological Domain($p < .01$)が有意に改善していた。

8. 結論

精神病施設で治療を受けている成人統合失調症患者に対して、8週間のヨガセラピープログラムは、コントロール群より精神病理と QOL を改善した。より規模の大きい、アクティブコントロールを用いた研究を実施するべきである。

9. 安全性に関する言及

記載なし。

10. ドロップアウト率とドロップアウト群の特徴

ドロップアウトなし。

11. ヨガの詳細

ヨガセラピー:軽負担のヨガストレッチ、呼吸と連動させる単純な体操、単純な呼吸法(吐く息を長くすることを強調)、アーサナ、により構成。最後に指導者のガイドによる弛緩法を実施。体操の種類などはクラス・クライアントの状況により組み替えて実施すべきとの考え方から、各回により変更した。瞑想は実施しなかった。

12. Abstractor のコメント

統合失調症に対するヨガセラピーの効果を検討したパイロットスタディとして意義あり。

13. Abstractor の推奨度

統合失調症患者に対して条件付きで勧める。(対象者の少ないパイロットスタディのため)

14. Abstractor and Date

村上 真 岡 孝和 2015.1.31