

9. SR 循環器系の疾患 (I64 脳卒中)

文献

Thayabaranathan T, et al :Determining the potential benefits of yoga in chronic stroke care: a systematic review and meta-analysis. *Top Stroke Rehabil.* 2017 May;24(4):279-287.

PubMed ID:28100160

1. 背景

脳卒中の生存者では、QOLに影響を及ぼす長期的な身体的および心理的な結果が生じる。これらの問題に対処することについて、コミュニティで利用可能な介入はほとんどない。マインドフルネスに基づいた介入の一種であるヨガは、他の慢性疾患を持つ人々に効果的であることが示されており、脳卒中の生存者によって報告された多くの問題に取り組む可能性がある。

2. 目的

慢性脳卒中罹患患者に対する潜在的なヨガの効果を調査し、そのランダム化比較試験 (RCT) のメタアナリシスによる最初の体系的レビューを実行すること。

3. 検索法

1950年1月から2016年8月までの論文をOvid Medline、CINHAL plus、AMED、PubMed、PsychINFO、PeDro、Cochrane データベース、スポーツディスカッション、Google Scholar で検索した。バイアスのリスクを評価するために修正されたCochrane ツールを使用した。GRADE 手法を用いてRCTの方法論的品質を評価し、結果を照合し、適切な場合にランダム効果メタ分析を実施した。

4. 文献選択基準

介入の体系的レビューのためのCochrane ハンドブックに記載されているバイアスツールのPeDro およびCochrane リスクから適応された評価フレームワークを使用して、クライテリア基準の品質とバイアスのリスクについて評価した。

5. データ収集・解析

十分に似通った試行、すなわち照合された比較時期と結果が同じであった場合、PRISMA ガイドラインに従ってReveiwed Manager を使用して適切なデータをプールすることによってメタ分析を実施した。平均と標準偏差の値はメタアナリシスから除外された。加重効果の大きさはうつ病について計算され、生活の質は異なるアウトカム測定値が用いられた。

6. 主な結果

この調査では、標本サイズが小さい4つのRCT (n = 17~47) から5件の適格論文が得られた。RCTの質は、低~中程度と評価された。ヨガは、対照群に比べて、介入群の状態不安症状およびうつ病を軽減するのに有益である(状態不安 6.05,95%CI : -0.02~12.12; p = 0.05 およびうつ病の標準化平均差 : 0.50,95%CI の平均差,CI : -0.01~1.02; p = 0.05)。バランス、特性不安、および全体的な生活の質の改善効果については、一貫性は認められるものの、有意ではなかった。

7. レビュアーの結論

ヨガは、脳卒中の長期的な結果のいくつかを改善するのに有効である可能性がある。これらの知見を確認するためには、大きく設計されたRCTが必要である。

池田 聡子 岡 孝和 2018年2月4日