

9. 循環器系の疾患 (I251 冠動脈疾患)

文献

Jatuporn S, et al. Short-term effects of an intensive lifestyle modification program on lipid peroxidation and antioxidant systems in patients with coronary artery disease. Clin Hemorheol Microcirc.2003;29(3-4):429-36. Pubmed ID:14724371

1. 目的

徹底したなライフスタイルへの介入 (ILM) が冠動脈疾患 (CAD) 患者の脂肪の過酸化や抗酸化機能にどのような影響を与えるか、介入群とコントロール群とで比較して調べたい。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

Faculty of Medicine, Chulalongkorn University, Thailand

4. 参加者

冠動脈疾患患者 44 名

5. 介入

インテンシブ・ライフスタイル・モディフィケーション(ILM)プログラム (食事指導、ヨガ、ストレス対処指導、禁煙)

ヨガ 60 分+イメージリラクゼーション 30 分/週 3 回/4 か月間

Arm1:(介入群)ヨガ群 n=22

Arm2:(コントロール群)待機群 n=22

6. 主なアウトカム評価指数

血中総コレステロール、LDL、HDL、トリグリセリド (TG)、malondialdehyde (MDA,脂質過酸化マーカー)、総抗酸化物質、ビタミン C、E、赤血球中グルタチオン (GSH)、介入前と介入後の 2 回で比較。

7. 主な結果

4 か月の介入後、ヨガ群では、総コレステロール、LDL、TG が低下し、HDL が増加した。血中の総抗酸化物質、ビタミン E、赤血球中の GSH が有意に増加していた。血中 MDA、VC な変化を示さなかった。これらのマーカーはコントロール群では、介入前後で差がなかった。

8. 結論

ILM プログラムは血中抗酸化物質を増加させ、CAD 患者の酸化ストレスを軽減させる。

9. 安全性に関する言及

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): n=0

(コントロール群): n=0

11. ヨガの詳細

インテンシブ・ライフスタイル・モディフィケーションプログラムは、低脂肪食や抗酸化物質を多く含む食品の摂取、高繊維質食摂取の勧め、ヨガエクササイズ、ストレスマネージメント指導、禁煙指導から成り立っている。ヨガ 60 分+イメージリラクゼーション 30 分。

12. Abstractor のコメント

ヨガを含める ILM の介入により一定の効果が現れたことが示唆される。今後は具体的にどのような介入方法が CAD 患者の症状軽減や病状の回復に有効化の研究が期待される。

13. Abstractor の推奨度

冠動脈疾患 (CAD) 患者の脂肪の過酸化や抗酸化機能の改善のためにヨガを含んだ介入プログラムを勧める。

14. Abstractor and Date

岡 佑和 岡 孝和 2015.3.2