2. SR 新生物 (C509 乳がん)

文献

Galliford M, Robinson S, Bridge P, Carmichael M : Salute to the sun: a new dawn in yoga therapy for breast cancer. *J Med Radiat Sci* . 2017 jun, 64:232–238. PMID:28134483

1. 背景

西洋医学において、健康上の利益のためにヨガを適用することについての興味は、急速に高まっており、これは論文公表数の増加に顕著に表れている。

2. 目的

補完的なヨガ療法が、乳がん患者の身体的・心理社会的生活の質(QOL)を改善できるかどうかを決定する。

3. 検索法

Scopus, Medline, PubMed, Science Direct, Cochrane and ProQuest を用いた包括的な検索方法が行われた。対象には、2009年1月から2014年7月に出版されたピア・レビューされた雑誌の文献で、参加者が15人以上であるものが含まれた。

4. 文献選択基準

キーワードは、ヨガ、乳がん、放射線治療、心理学的、ストレスであった。盲検で、複数回の2段階のスクリーニング法が行われているものが対象となり、“抄録のみ”、レターやコメント、症例報告、動物実験は除外された。また、乳がん患者 QOL の身体的、心理的側面に関連した結果が報告されているものが選択された。マインドフルネスストレス低減法(MBSR)やヨガ療法のような介入で、比較群(例えば、待機リスト、対照群、通常ケア)のあるものとならないものであった。

5. データ収集・解析

観察者バイアスを減らすために、2人の研究者で独立して批判的レビューとスコアリングが行われた。SIGN critical appraisal checklists.7に基づいて、構造化アプローチが行われた。

6. 主な結果

38論文が確認された。RCTs と NRTs の参加者は Park ら(20%、9人が男性)の報告以外はすべて、乳がんの女性患者であった。ヨガを行ったタイミングは、治療後2-18ヵ月が7つの研究(以下略)、放射線治療と同時に6、放射線治療前が2であった。頻度は、ヨガの介入の中央値は6週間、範囲は4週から6ヵ月、家庭での練習が奨励されたのは10であった。

今回対象となった20RCTsでは4つの身体的結果(ホットフラッシュの頻度と重症度と同様に、日中の唾液コルチゾル、ストレス、睡眠の質、倦怠感)、11の心理的結果(不安の変化、情動と社会的機能、総体的QOL、ストレスレベルと抑うつ、がんの再発恐怖、敵意、気分障害、妄想的思考、活力と、人生の意味の増加)が示された。

ヨガ治療の最も報告された心理的効用は、不安、感情的および社会的機能。ストレス、抑うつと全般的なQOLに対するものであった。最も報告された身体的効用は、日中の唾液中コルチゾルの状況の改善、睡眠の質、リンパ球のアポトーシスに関するものであった。これらの領域の効用は、ヨガの介入に強く関係しており、加えて、全般的QOLの有意な改善につながった。

7. レビュアーの結論

これらのエビデンスは、乳がん患者の放射線治療に関する一連の効果について、身体的、心理的QOLを改善するために、ヨガ療法を利用することを支持する。これらの効用を確かにするためにはさらなる研究が推奨される。ヨガ療法の治療プログラム遂行のための、根拠に基づいた推奨がこのレビューから導き出され含まれている。患者の治療後の結末と持続性の観点において、ヨガ介入の効果を評価するために、これらのプログラムには長期間のフォローアップが必要である。

8. 要約者のコメント

推奨されるヨガの実施方法も記載されていたが、有害事象についての記載もなく、ヨガが効果があるといった点ばかりが記述されており、実施にあたっての注意点などがわからない。