

## 2. 新生物 (C189 大腸がん患者の QOL)

### 文献

Cramer H, et al : A randomized controlled bicenter trial of yoga for patients with colorectal cancer. *Psychooncology*. 2016 Apr; 25(4):412-420. PubMed ID:26228466

### 1. 目的

大腸癌患者の健康関連 QOL に対する 10 週間のヨガプログラムの効果を検証する。

### 2. 研究デザイン

ランダム化比較試験(RCT)

### 3. セッティング

デュースブルグ エッセン大学、及びセントジョゼフ病院、ドイツ

### 4. 参加者

40-87 歳の非転移性大腸癌患者 (ステージ I~III) 54 名。術後 2-48 ヶ月。

平均年齢 68.26±9.69 歳。

### 5. 介入

Arm1:(介入群) 27 名。ハタヨガ 太陽礼拝、ブラーマリやカパラバティなどの呼吸法、ヨガ ニドラなどの瞑想を含む伝統的なハタヨガを 90 分/週 1 回/10 週間実施。自宅でも実習するように促し、実習時間をログ付けし報告してもらう。

Arm2:(待機群) 27 名。最初の 22 週間は介入なし。その後、介入群と同じヨガプログラムを実施。

### 6. 主なアウトカム評価指数

主要評価項目 : 1. Functional Assessment of Cancer Therapy - Colorectal with five sub-dimensions physical, social, emotional, functional well-being and colorectal cancer-specific concerns (FACT-C: 大腸癌治療の機能評価～身体、社会、情緒、機能レベル、及び大腸癌特有の心配に関する評価) 副次評価項目 : 2. Functional Assessment of Chronic Illness Therapy - Spiritual well-being (慢性疾患治療の評価～スピリチュアルな健やかさ) 3. Functional Assessment of Chronic Illness Therapy - Fatigue (慢性疾患治療の評価～疲弊) 4. Pittsburgh Sleep Quality Inventory (PSQI: 睡眠の質についての評価) 5. Hospital Anxiety and Depression Scale (不安と抑うつ尺度) を介入第 1 週目、第 10 週目、第 22 週目の 3 回測定。

### 7. 主な結果

FACT-C : 第 10 週目の測定で、両群間に有意差は認められなかった。第 22 週目の測定では、ヨガ群において、情緒的健やかさの FACT スコアのみ有意差が見られた (CI=0.27, 2.90; p=0.019)。

PSQI : 第 10 週目ではヨガ群と対照群との間に有意差は認められなかったものの、22 週目の測定ではヨガ群の睡眠障害は有意に低下した (CI=-2.13, -0.03; p=0.043)。

不安と抑うつ指標 : 第 10 週目の測定でヨガ群と対照群との間に有意差が認められ、ヨガ群の方が低かった (不安 : CI=-2.20, -0.09; p=0.043、抑うつ : CI=-2.61, -0.8; p=0.038)。

### 8. 結論

10 週間のヨガプログラムは、大腸癌患者の健康関連の QOL の向上にはつながらなかった。しかし、今回の調査結果は、ヨガプログラムに対する遵守率の低さや、ドロップアウト率の高さなどの要因を考慮すると、明確な結論を導くことはできない。

### 9. 安全性に関する言及

ヨガ群において重大な有害事象は生じなかったが、7 名の患者が一過性の腹部痛 (1 名) や筋肉痛 (3 名)、首の痛み (1 名)、軽度のめまい (1 名) を報告したが、未治療のまま回復した。更にヨガ群の 1 名が腰痛を訴えたが、鎮痛剤により回復した。

### 10. ドロップアウト率とドロップアウト群の特徴

試験期間中にヨガ参加者の 10%がスケジュールの都合でドロップアウトし、フォローアップ調査では 20.4%が連絡がつかなかった。

### 11. Abstractor のコメント

### 12. Abstractor の推奨度

大腸がん患者の生活の質を高めるための手段としてヨガを推奨しない。

### 13. Abstractor and Date

柿木 里香 岡 孝和 2017 年 5 月 5 日