

5. SR 精神および行動の障害 (F20 統合失調症)

文献

Vancampfort D, et al : Yoga in schizophrenia: a systematic review of randomised controlled trials.
Acta Psychiatr Scand. 2012 jul ; 126(1):12-20. PubMed ID:22486714

1. 背景

ヨガは大うつ病や不安障害、強迫神経症のための補完治療メソッドとして有効であると明示されているが、統合失調症患者ではまだその有効性を体系的に判定されていない。

2. 目的

統合失調症患者の一般的精神病理学、陽性症状と陰性症状、健康関連の生活の質（HRQL）に対する補完的な治療としてのヨガの有効性を評価する。

3. 検索法

2011 年 10 月 1～12 日、EMBASE, PsycINFO, PubMed, ISI Web of Science, CINAHL, PEDro, Cochrane Library で、タイトル、要約、索引用語に yoga, schizophrenia がある RCT を検索。参考文献は追加的な関連文献のために精査され、関連のあるチャプターの参考文献一覧が追加的な論文のために手動で検索された。

4. 文献選択基準

DSM-IV で統合失調症と診断された患者を調査したランダム化比較試験（RCT）研究。精神病理学、陽性症状と陰性症状、健康関連の生活の質（HRQL）を調べたもの。対照群のタイプに制限はなく、ヨガは呼吸制御を伴う一般的なストレッチングとエクササイズの実習と定義された。マインドフルネス瞑想は除外された。ヨガと特異的な対照条件とを比較した、少なくとも 3 つの分析で検出された、定量的なメタアナリシスが行われるというプロトコルが規定された。

5. データ収集・解析

統合失調症患者へのヨガ介入を調査した RCT が考察され、研究調査の選出、データ抽出、品質アセスメントは 2 人のレビュアーによって別々に行われた。115 の研究調査が選出された。

6. 主な結果

選択基準に見合った RCT は 3 つだけだった。DSM-IV で診断された統合失調症患者は合計 125 人、平均年齢 33±9 歳の 20～60 歳、大多数は男性(n=87/125)。3 つの RCT の患者は全員、抗精神病薬治療で安定していた。

ヨガ群は、運動群もしくは順番待ちリスト群に比べて、陽性・陰性症状評価尺度（PANSS）の総得点と陽性及び陰性症状サブスケール得点が減少した。同様に、世界保健機関の QOL アンケート(WHOQOL-BREF)の簡略版で測定された、身体的、精神的、社会的、そして環境的生活の質はヨガ後の方が有意に増加した。どの研究でも有害事象は見られなかった。用量反応関係を測定することはできなかった。

7. レビュアーの結論

RCT の数は限られるが、ヨガ療法は統合失調症の一般的な精神病理、陽性および陰性症状を軽減する有益なアドオン療法となり得るという結果を示した。同様に、抗精神病薬により病状が安定した統合失調症患者では、ヨガ実習後、健康関連の生活の質が向上した。

山本 亜子 岡 孝和 2016 年 12 月 26 日