

2. 新生物 (C509 乳がん)

文献

Pruthi S, et al. A Randomized Controlled Pilot Study Assessing Feasibility and Impact of Yoga Practice on Quality of Life, Mood, and Perceived Stress in Women With Newly Diagnosed Breast Cancer. *Global Advances In Health and Medicine*, 2012; 1(5), 30-35.

1. 目的

乳がんと診断された直後の患者のQOL、気分、疲労、受けたストレス等にヨガがどのような影響を及ぼすのか。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験 (RCT)

3. セッティング

academic medical center breast clinic

4. 参加者

女性 30 名 平均年齢 (ヨガ群:55、コントロール群:58)

5. 介入

60 分セッション 3 回 (術前・術後) +60 分/週に 1 回/8 週間+自宅で週に一回 (DVD 支給)

Arm1: (介入群) ヨガ群 n=15 ヨガ 8 回+自宅用の DVD の支給

Arm2: (コントロール群) 通常治療群 n=15

6. 主なアウトカム評価指数

Functional Assessment of Cancer Treatment, Breast Cancer (FACT-B, QoL)、Perceived Stress Scale (PSS、自覚ストレス)、POMS (気分)、Brief Fatigue Inventory (BFI、疲労)、唾液コルチゾール値 を介入前、介入後の 2 回測定。

7. 主な結果

両群ともに介入後に QOL の改善が認められ、ヨガ群とコントロール群では有意差は認められなかった。感情面、うつ、不安、混乱状態、などでも両群で改善が認められ、コルチゾール値はともに減少を示した。両群で差はなかった。ただし、FACT-B の社会/家族の幸福の項目では、コントロール群の方がよく改善した。

8. 結論

乳癌と診断された直後の患者におけるヨガによる介入の実施可能性は良好であった。介入群とコントロール群、両群で感情面、不安、うつ、混乱状態の改善が認められた。

9. 安全性に関する言及 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): 27% n=4

(コントロール群): 33% n=5

11. ヨガの詳細

セッション 1: 説明、Pranayama

セッション 2、3: Hatha yoga (pranayama、椅子もしくはマット状での四肢の優しい動き)

12. Abstractor のコメント

ヨガの介入によって乳癌患者の術後に多くの点で改善が認められた。今後は具体的にどのような介入が特に有効かを調べる必要があり、様々な指標を用いた研究が期待される。

13. Abstractor の推奨度

乳がん診断直後の患者の QoL、気分、ストレスを改善する目的でヨガを行なってもよい (特に有害事象はない) が、通常治療群との間に差はない。

14. Abstractor and Date

岡 佑和 岡 孝和 2015. 2. 24