

2. 新生物 (C509 乳がん患者の QOL)

文献

Lötzke D, et al : Iyengar-Yoga Compared to Exercise as a Therapeutic Intervention during (Neo)adjuvant Therapy in Women with Stage I–III Breast Cancer: Health-Related Quality of Life, Mindfulness, Spirituality, Life Satisfaction, and Cancer-Related Fatigue. *Evid Based Complement Alternat Med* 2016; 2016:5931816. 8P. PubMed ID:27019663

1. 目的

アジュバント療法中の乳癌女性患者において、アイアンガーヨガが従来型治療的運動療法よりも健康関連 QOL、生活満足度、癌関連疲労、マインドフルネス、スピリチュアリティに対して、より包括的な効果があるか検討する。

2. 研究デザイン

ランダム化比較試験(RCT)

3. セッティング

ヨガ群：“ヨガ ミュンヘン” 対照群：ミュンヘン工科大学医学部附属病院 (ドイツ)

4. 参加者

細胞毒性または内分泌アジュバント療法を受けているステージ I～III の乳癌患者。

5. 介入

アイアンガーヨガ 1回 60分/週 1回/12週 (1回 20分/週 2回の自宅実習を推奨)

Arm1:(ヨガ群)45名 細胞毒性アジュバント療法を受ける患者が多かった。

Arm2:(対照群)47名 従来の運動療法群:内分泌アジュバント放射線療法を受けている患者が多かった。

6. 主なアウトカム評価指数

1. Cancer-specific EORTC QLQ-C30 (がん患者 QOL) 2. the Brief Multidimensional Life Satisfaction Scale (BMLSS, 生活満足度) 3. Cancer Fatigue Scale (CFS, がんによる疲労)

4. Freiburg Mindfulness Inventory (FMI, マインドフルネス尺度) 5. SpREUK questionnaire (病気への対処にスピリチュアルな方法を用いるか)を介入前(t0)、介入終了時(12週後,t1)、介入終了3ヶ月後(t2)の3回測定。

7. 主な結果

【EORTC QLQ-C30】 t0-t1 の比較：機能尺度：ヨガ群は役割機能 ($p<0.013$) 及び感情機能 ($p<0.018$) が、対照群は感情機能 ($p<0.001$) が有意に改善した。両群に有意差はなかった。症状尺度：両群共に、呼吸困難、食欲不振、便秘、下痢が有意に改善した($P<0.01$)。倦怠感、嘔気、疼痛、睡眠障害は両群とも変化なし。【生活満足度】 t0-t1 の比較：両群共に変化しなかった。【がんによる疲労】 両群共に改善しなかった。【スピリチュアリティ及びマインドフルネス尺度】 ヨガ群は自省($p=0.002$)が有意に改善し、対照群は精神的探求($P<0.009$)、宗教的信念($p=0.024$)が有意に改善したものの、両群に有意差はなかった。

8. 結論

ステージ I から III までの細胞毒性 (ネオ) アジュバント、または内分泌アジュバント療法を現在受けている女性乳がん患者に対して、ヨガの方が従来型運動療法よりも効果的とはいえない。

9. 安全性に関する言及 有害事象に関する記述なし。

10. ドロップアウト率とドロップアウト群の特徴

介入後:(ヨガ2名 対照群1名) 介入後3ヶ月:(ヨガ29名 対照群25名) 理由なし。

11. Abstractor のコメント

本研究ではヨガ (アーサナ) の詳細、指導者、ドロップアウトの原因などの記載がなく、詳細な検討を困難にしている。

12. Abstractor の推奨度

アジュバント療法を受けている乳がん患者に対してアイアンガーヨガは、従来の運動療法以上には推奨しない。

13. Abstractor and Date

色部 理恵 岡 孝和 2016.9.30, 2017.3.1.

ヨガの詳細

「アイアンガーヨガ」

インド人のヨガ教師アイアンガーによって開発されたハタヨガをベースとしたヨガで、アーサナ、呼吸コントロールを利用する。独特な点としては、ポーズをとるための補助として器具（ベルト、ブロック、ロープ、毛布など）を使いアーサナを行う点で、これは弱っている癌患者にとって労力と有害事象を軽減する。