

1 3.SR 筋骨格系及び結合組織の疾患 (M7979 線維筋痛症)

文献

Fischer -White TG, et al : An Integrated methodology to assess compliance with Delphi Survey key components of yoga interventions for musculoskeletal conditions as applied in a systematic review of fibromyalgia studies. *Explore(NY)*.2016 Mar-Apr ;12(2):100-112. PMID: 26806817

1. 背景

健康増進や治療のためのヨガやその有用性についての情報は急速に増加しており、多様なスタイルのヨガの適切性・効果・有効性のエビデンスは、かつてない程必要とされている。本研究では「線維筋痛症 (FM)」を例にシステマティックレビューを行った。FM を例として選択した理由は、診断においても治療においても、最も困難な慢性疼痛障害の一つであり、治療方法が確立していないからである。そのため FM の症状に対する非薬理的支援の一つとして、ヨガは医療提供者からも推奨されるようになってきている。しかし現時点では、既存の発表文献において、母集団が少ないためどのようなスタイルのヨガが適切か等について、十分な研究がなされていない。2014 年にデルファイ調査法を用いて Ward らは、ヨガ研究に確固とした研究枠組みを設定し、筋骨格系の諸疾患を報告していくために、33 の主要素から成るガイドラインを開発した。本論文はこれを評価し、システマティックレビューを行うにあたって複数のガイドラインやツールに適用できる方法論を提示する。

2. 目的

(1) システマティックレビューを行うために既存のガイドラインとツールを統合する方法論を提示すること。(2) FM 研究のシステマティックレビューのための一つのツールとして、様々な筋骨格系の状態に対応するヨガ支援のためのデルファイ調査 33 主要素を評価すること。

3. 検索法

PubMed, Ovid Medline, PsychINFO, the Cochrane Library, CINAHL, ALT Health Watch, PEDro, Web of Science で検索した。

4. 文献選択基準

2004 年 11 月 14 日から 2014 年 11 月 13 日までに出版された英語の文献で、FM 成人患者に対するヨガ支援に関して新規に発表された報告を選択した。

5. データ収集・解析

6 論文が基準と合致した。これらの中で、線維筋痛症の人々を支援する三つのスタイルのヨガ（「リラクゼーションのための」ヨガ、気づきのヨガ、ハタ・ヨガ）が評価されていた。

6. 主な結果

33 の主要素を報告・設定するという点からのコンプライアンスは 39.4% から 84.8% の間にあり、平均 62.63% であった。支援に取り入れられていると推測できるアーサナ、プラーナーヤマ、リラクゼーション、マインドフルネス・トレーニングがどのようなものであるかを明らかにしているのは、対象論文のうち 33.33% だけであった。いかなる支援がなされたかの詳細を提示し、それを再現できるように記述されている論文は一つもなく、ガイドラインを用いている著者は一人もいなかった。

7. レビューアの結論

このシステマティックレビューは、包括的なヨガ研究のためのガイドラインの必要性を支持する。(1) ヨガでの支援内容の詳細の欠如、(2) 介入のために用いる特定のヨガスタイルを選択する疾患特異的な理論的根拠を報告する必要性、(3) FM の人々に対しては限られた数のスタイルのヨガでしか調査がなされていないこと、が明らかになった。

8. 要約者のコメント

武者小路澄子 2020年10月31日 木村宏輝 岡孝和 11月19日