６. SR 神経系の疾患　　（G409　てんかん）

文献

Panebianco M, Sridharan K, Ramaratnam S : Yoga for epilepsy. *Cochrane Database Syst Rev* 2015 May 2;(5):CD001524. PubMed ID:25934967

1. 背景

ヨガはリラックスとストレスの低減を誘導し、脳波と自律神経系に影響するため、てんかん発作を抑えることができるだろう。

2. 目的

ヨガによって、てんかん患者の(a) 発作が起こらない状態の確率が大きくなるか、(b) 発作の頻度、持続時間が減少するか、(c) QOL(生活の質)が改善するかを検討する。

3. 検索法

Cochrane Epilepsy Group Specialized Register (2015年3月26日)、the Cochrane Central Register of Controlled Trials (CENTRAL, The Cochrane Library, 2015年3月26日)、MEDLINE (Ovid, 1946年から 2015年3月26日)、SCOPUS (1823年から2014年1月9日)、Clinical Trials gov (2015年3月26日)、the World Health Organization (WHO) International Clinical Trials RegistryPlatform ICTRP (2015年3月26日)、及びYoga Biomedical Trust and the Research Council for Complementary Medicineの登録簿。さらに全論文の引用文献も検索。言語による制限なし。

4. 文献選択基準

ヨガによるてんかん治療のランダム化比較試験（RCT）、適格者はヨガと無治療、もしくは異なる行動療法を比較した、コントロールできていない成人てんかん患者。抗てんかん薬は、すべての患者に対して使用が継続された。

5. データ収集・解析

３人のレビュー著者が各自単独でトライアルを選択し、データを抽出した。
主要評価項目 (a)発作なしになった人々の割合; (b)発作の頻度と長さ;
副次評価項目 (c)生活の質（QOL）。分析は包括解析(ITT)をもとにした。95%の信頼区間(95% CL)を持つオッズ比（OR）が結果に見込まれた。

6. 主な結果

２つのRCT、50人を抽出。全員、抗てんかん薬は続けられた。
１つ目(Lundgren 2008)：18歳—55歳の難治性てんかん患者、18人。
Acceptance and Commitment therapy =ACT)群とヨガ群を比較。
2つ目（Panjwani 1996）:15歳-35歳の薬物抵抗性のてんかん患者、32人。サハジャヨガ群、サハジャヨガを真似たエクササイズ群、無治療対照群の三群。
(i)６ヶ月間発作なし：ヨガ対偽ヨガ　ORs 14.54 (95% CI 0.67 - 316.69)、ヨガ対無治療 ORs 17.31(95% CI 0.80 - 373.45)、ACT対ヨガ　ORs 1.00 (95% Cl 0.16 - 6.42);
(ii)発作の頻度の減少：ヨガ対偽ヨガ　平均差、-2.10 (95% CI -3.15 - - 1.05) 、ヨガ対無治療、 -1.10 (95% CI -1.80 - -0.40)、ただし三群のベースラインの発作頻度に有意差あり。
(iii) 発作の頻度の50%を超える減少：
ヨガ対偽ヨガ ORs 81.00 (95% CI 4.36 - 1504.46)、 ヨガ対未治療、ORs 158.33 (95% CI 5.78 - 4335.63); ACT対ヨガ 0.78 ORs (95% Cl 0.04 - 14.75);
(iv) 発作の長さの50%以上の減少：
ヨガ対偽ヨガORs 45.00 ORs (95% CI 2.01 - 1006.75) 、ヨガ対無治療 ORs 53.57 (95% CI 2.42 - 1187.26)、ACT対ヨガ ORs 0.67 (95% Cl 0.10 - 4.35).
QOL:データは習得可能でなかった。

7. レビュアーの結論

２つの試験は、**ヨガがてんかん発作のコントロールに対して、おそらく有益な効果を持つことを示した。**全般的有用性に関する結果は、介入なし、もしくはヨガではない治療介入（ヨガを真似た体位運動）と比べて優れていることを示したが、Acceptance and Commitment therapyとの間には差がなかった。しかしながら方法論的欠点を考慮すると、**難治性てんかんに対しての治療としてのヨガの効果に関しては、信頼性のある結論を導き出すことはできない。**

荒川知恵　木村真紀　岡孝和　2021年2月22日