

## 2.SR 新生物（がん患者の倦怠感）

### 文献

Sadja J, Mills PJ: Effects of yoga interventions on fatigue in cancer patients and survivors: a systematic review of randomized controlled trials.  
*Explore (NY)* 2013, 9:232-243.

### 1.背景

倦怠感はがん患者、がんサバイバーの訴える最も頻度の高い訴えである。

### 2.目的

がん患者、がんサバイバーの自己申告による倦怠感に対するヨガの RCT 文献を調べレビューする。

### 3.検索法

PubMed (1953 年—現在)、PsychINFO (1806 年—現在)。2012 年 5 月 31 日に行なった。ヨガ、がん、倦怠感の検索用語で検索。

### 4.文献選択基準

RCT であること、対象ががん患者、主要評価項目が介入前後の倦怠感であること、介入期間の長さは問わない。英語論文。除外項目：心理療養や栄養量法などの付属する介入が含まれているもの、瞑想のみのも、学会抄録、ケーススタディ、

### 5.データ収集・解析

個々の研究、ないし研究全体(across studies)のバイアスのリスクは Cochrane Collaboration's tool を用いて検討。主要サマリー測定値は介入前後での自己申告による倦怠感の平均値の差。

### 6.主な結果

10 件の論文を検討。583 人の参加者のほとんどが女性、乳がん患者（9 件が乳がん）であった。4 件は、ヨガの介入により倦怠感が著明に改善した。3 件は、ヨガクラスへの参加頻度が多いほど、有意に倦怠感の改善がみられた。

バイアスリスクは、selection bias, performance bias, patient-reported bias の項目でハイリスクであった。

### 7.レビュアーの結論

ヨガによる介入は、女性乳がん患者のがん関連倦怠感を軽減するために有益な方法であろう。しかしながら、この結論はバイアスレベルと、研究間で方法が統一されていないという点に注意し、慎重に解釈されるべき。がん患者、がんサバイバーにおけるヨガのインパクトを決定するためには、より多くの、よく構成された RCT が必用である。

### 8.要約者のコメント

ヨガクラスへの参加の頻度が多いほど、より倦怠感の改善が見られたと言う結論は、3 件の論文、212 人のサンプルサイズによるものである。レビュアーも述べているように、この結論を他の種類のがん、とくに男性患者へ一般化して考えるのは難しい。また、がんの全てのステージ、さまざまな治療フェーズの患者が組み込まれているため、それぞれのサブグループで等しい効果が得られるのか、決定するのが難しい。

岡 孝和 2015年10月1日