

2.SR 新生物（乳がん患者の QoL,精神的健康）

文献

Cramer H, Lange S, Klose P, Paul A, Dobos G: Yoga for breast cancer patients and survivors: a systematic review and meta-analysis. *BMC Cancer* 2012, 12:412.

1.背景

多くの乳がん患者、乳がんサバイバーが、がんに対処するためにヨガを用いている。

2.目的

乳がん患者、乳がんサバイバーにおいて、ヨガの健康関連 QoL および、精神的健康に及ぼす影響をシステマティックレビューし、メタ解析を行なう。

3.検索法

データベースは Pubmed/Medline, EMBASE, the Cochrane Library, PsycINFO, CAMBASE を用い、2012年2月まで調べた。検索用語は yoga, health-related quality of life, もしくは psychological health, breast cancer, 言語の制限はなし。さらに International Journal of Yoga Therapy の目次を検索。

4.文献選択基準

フルペーパーの RCT、乳がんの既往のある成人（18歳以上）を対象。対照群がある。健康関連 QoL ないし精神的健康に関するアウトカムがある。ヨガが治療の一部にすぎないもの（マインドフルネスストレス低減法など）は除外。

5.データ収集・解析

個々のバイアスリスクは Cochrane risk of bias tool を用いた。短期効果（介入直後）と長期効果（介入開始約 12 ヶ月後）を求めた。全般的効果は Review Manager 5 を用い、特定のアウトカムは standardized mean difference (SMD), 95%CI を求めた。サブグループ解析も行なった。

6.主な結果

12件の論文(742人)が抽出された。短期効果に関してはエビデンスが認められた。包括健康関連QoL (SMD=0.62, 95% CI: 0.04-1.21), 機能的 (SMD=0.30, 95% CI: 0.03-0.57), 社会的 (SMD=0.29, 95% CI: 0.08-0.50), 霊的幸福 (SMD=0.41, 95% CI: 0.08-0.74)。ただしこれらの効果は、選択バイアスの不明確な、もしくは高い研究のみでみられた。心理的健康に対する短期効果も認められた：不安(SMD=-1.51, 95% CI: -2.47--0.55), 抑うつ(SMD=-1.59, 95% CI: -2.68--0.51), 自覚的ストレス (SMD=-1.14, 95% CI:-2.16--0.12), 心理的落胆(SMD=-0.86, 95% CI:-1.50--0.22)。サブグループ解析ではこれらの効果は積極的がん治療中のみ認められ、治療終了後には認められなかった。

7.レビュアーの結論

本レビューは、ヨガは乳がん患者の精神的健康を改善する短期効果があるというエビデンスを見いだした。健康関連 QoL に及ぼす短期効果はバイアスと明確に区別できなかった。ヨガは乳がん治療中の精神的健康を改善する方法として推奨できる。

8.要約者のコメント

岡 孝和 2015年10月10日