

CITATION:Lau HLC, Kwong JSW, Yeung F, Chau PH, Woo J. Yoga for secondary prevention of coronary heart disease *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2012, Issue 12. Art. No.: CD009506. DOI: 10.1002/14651858.CD009506.pub2.  
CRG名:Cochrane Heart Group.

[最新版\(英語版\)はこちら](#)

英語版最終改訂年月:22 January 2012  
Clib issue No.;N/U:2012 Issue 12;Update

## アブストラクト

**背景:**冠動脈疾患(CHD)は大半の先進国で早期罹病と早期死亡の主要な原因となっている。二次予防は、CHDと確定している人での心イベント再発および死亡の予防を目的としている。生活習慣の変更は二次予防において重要な役割を担っている。ヨガは、一種の身体活動、またストレス管理法と考えられている。慢性疾患に対するヨガの有益な効果を示唆するさまざまなエビデンスが集まりつつある。

**目的:**CHD患者の死亡、罹病および健康関連の生活の質の二次予防に対するヨガの有効性を明らかにすること

**検索戦略:**コクラン・ライブラリ(2012年第1号)でのCochrane Central Register of Controlled Trials (CENTRAL)、MEDLINE(1948~2012年1月)、EMBASE(1980~2012年1月)、ISI Web of Science for conference proceedings(1970~2012年1月)、China Journal Net(CJN)(1994~2012年3月)、WanFang Data(1990~2012年3月)、HKInChiP(1980年~)を検索した。進行中試験をmetaRegister of Controlled Trials(2012年4月)およびWorld Health Organization(WHO)International Clinical Trials Registry Platform(2012年4月)で同定した。言語による制限は設けなかった。

**選択基準:**ヨガがCHDアウトカムに及ぼす影響を検討しているランダム化比較試験(RCT)を選択した。フォローアップ期間が6か月以上の研究を選択した。急性または慢性CHDの男女(18歳以上)を選択した。1種類のヨガを行っている1群を、無介入またはヨガ以外の介入のコントロール群と比較している研究を選択した。

**データ収集と分析:**2名のレビューアが、事前に規定した選択基準により別々に研究を選択した。不一致は同意によりまたは第三のレビューアとの討議により解決した。

**主な結果:**本レビューの選択基準を満たす適格なRCTを認めず、メタアナリシスを実施できなかった。

**レビューアの結論:**CHDの二次予防に対するヨガの有効性は依然として不明である。高品質の大規模なRCTが必要である。

## 平易な要約(Plain language summary)

### 冠動脈疾患の二次予防に対するヨガ

冠動脈疾患(CHD)は大半の先進国で早期罹病と早期死亡の主要な原因となっています。CHDの人は冠動脈イベントと死亡のリスクが最も高い状態にありますが、有効な二次予防によりイベントの再発および死亡を減少できます。生活習慣の変更は二次予防において重要な役割を担っています。ヨガは、一種の身体活動、またストレス管理法と考えられています。ヨガの身体的および心理的利益は十分に認識されていますが、ヨガの不適切な練習により、筋肉痛および肉離れなどの筋骨格傷害が起こることがあります。このシステマティック・レビューの目的

は、死亡、罹病および健康関連の生活の質の点でCHDの二次予防に対するヨガの有効性を明らかにするRCTで  
した。このレビューの選択基準を満たすRCTはありませんでした。そのため、CHDの二次予防に対するヨガの有  
効性は不明のままです。高品質のRCTが必要です。

(監訳 澤村 匡史)

翻訳公開日:2014年 3月 14日

**ご注意:**この日本語訳は、臨床医、疫学研究者などによる翻訳のチェックを受けて公開していますが、訳語の間違いなどお気づきの点  
がございましたら、Minds事務局までご連絡ください。なお、コクラン・ライブラリは年12回改定版が発行されます。Mindsでは最新版  
の日本語訳を掲載するよう努めておりますが、編集作業に伴うタイム・ラグが生じている場合もあります。ご利用に際しては、最新版  
(英語版)の内容をご確認ください。