

研究・調査報告書

分類番号	報告書番号	担当
A-139	17-080	滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門 三浦克之
題名（原題／訳）		
<p>The effectiveness of smoking cessation, physical activity/diet and alcohol reduction interventions delivered by mobile phones for the prevention of non-communicable diseases: A systematic review of randomised controlled trials.</p> <p>非感染性疾患予防の携帯電話を利用した禁煙および運動、食事療法の有効性: 無作為化比較試験の系統的レビュー</p>		
執筆者		
Palmer M, Sutherland J, Barnard S, Wynne A, Rezel E, Doel A, et al.		
掲載誌		
PLoS One. 2018 Jan 5;13(1):e0189801. doi: 10.1371/journal.pone.0189801.		
キーワード		PMID
非感染性疾患、禁煙、運動療法、食事療法、無作為化比較試験		29304148
要 旨		
目的： 非感染性疾患（NCD）予防のモバイル技術を利用した禁煙、運動療法（PA）、食事療法、節酒介入の有効性を評価するため、系統的レビューを行った。		
方法： MEDLINE、EMBASE、Global Health、CINAHL を用いて、モバイルによる SMS ベースの NCD 予防介入ランダム化比較試験を検索した（1990 年 1 月～2016 年 1 月）。介入に用いた行動変化技術は、Abraham と Michie の行動変化技術の分類法により分類した。アウトカムは NCD の行動リスク因子に関連する客観的尺度とした。リスク比と平均差を計算し、ランダム効果メタ分析を行った。		
結果： 71 件の試験（禁煙 18 件、PA15 件、食事療法 3 件、PA および食事療法 25 件、PA、食事療法および禁煙 2 件、節酒 8 件）を抽出した。SMS による禁煙支援効果は、相対リスク（RR）2.19（95%信頼区間 [CI]: 1.80, 2.68）、I ² =0%で、7 日時に禁煙率は RR: 1.51（95%CI: 1.06, 2.15）、I ² =0%であった。SMS による PA 介入の試験では、3 ヶ月時の最大酸素摂取量に差はなかった。糖尿病罹患率に対する SMS による食事療法および PA 介入の効果は、RR: 0.67（95%CI: 0.49, 0.90）、I ² =0.0%、エンドポイントの体重は平均差（MD）: -0.99kg（95%CI: -3.63, 1.64）、I ² =29.4%、体重変化率は MD: -3.1（95%CI: -4.86, -1.3）、I ² =0.3%、中性脂肪は MD: -0.19mmol/L（95%CI: -0.29, -0.08）、I ² =0.0%であった。SMS による食事療法および PA 介入の効果の他のプール分析の結果は、異質性を認めた（I ² : 59-90）。節酒介入の効果は認めなかった。		
結論： SMS による禁煙支援は、禁煙率を増加させた。3 か月以上のアウトカムを報告している PA 介入試験の効果はなかった。食事療法と PA の介入では少量のメリットを認めた。		