

研究・調査報告書

分類番号	報告書番号	担当
C-141	21-407	厚生会 道ノ尾病院 福嶋 翔 独立行政法人国立病院機久里浜医療センター松下幸生
題名 (原題/訳)		
Changes in craving following acute aerobic exercise in adults with alcohol use disorder 成人アルコール使用障害者における急性有酸素運動後の渴望感の変化		
執筆者		
Hallgren M, Herring MP, Vancampfort D, Hoang MT, Andersson V, Andreasson S, Abrantes AM.		
掲載誌		
J Psychiatr Res. 2021 Oct;142:243-249. doi: 10.1016/j.jpsychires.2021.08.007. Epub 2021 Aug 10.		
キーワード		PMID
アルコール消費、不安、渴望、運動、気分、身体活動		34391078
要 旨		
目的： 運動は、アルコール使用障害 (AUD) の治療法としてますます研究されている。我々は、急性の運動がアルコール渴望に及ぼす影響、反応の不均一性、渴望の軽減に関連する因子を検討した。		
方法： 無作為化比較試験の一環として、探索的な単群試験を実施した。AUD の成人 117 名 (52.7 歳、SD = 12.3、女性 68.4%) で、アルコール渴望の兆候 (Desire for Alcohol Questionnaire, DAQ-short version total score > 8) が認められた。介入方法は、サイクルエルゴメーターを用いた 12 分間の亜最大運動負荷テストであった。参加者の自己評価によるアルコール欲求の変化を、運動の直前と直後に調べた。階層的ロジスティック回帰法を用いて、渴望感の減少 (0.5 SD 以上) に関連する個人的、臨床的、および運動関連因子を特定した。		
結果： 全サンプルにおいて、運動前から運動後にかけて渴望感が減少した ($p < 0.001$, $g = 0.60$ [0.40-0.79])。渴望感が減少した人 (70.1%, $p < 0.001$, $g = 1.12$ [0.85-1.40])、増加した人 (16.2%, $p < 0.001$, $g = 1.08$ [0.51-1.64])、変化しなかった人 (13.7%) の 3 つのグループが観察された。40% が臨床的に意味のある渴望感の減少 (0.5 SD 以上) を経験した。完全に調整されたモデルでは、2 つの要因がこれらの減少と関連していた：運動前の欲求の高さ (OR = 1.15 [1.07-1.23], $p < 0.001$) および心肺機能の低下 (OR = 0.88 [0.79-1.00], $p = 0.043$)。		
結論： AUD の成人の多くは、中程度の強度の有酸素運動を短時間行うことで、アルコールへの渴望を抑えることができる。欲求が高く、心肺機能が低下している人が最も効果的であると考えられる。		