

研究・調査報告書

| | | |
|--|--------|-------------|
| 分類番号 | 報告書番号 | 担当 |
| C-155 | 22-301 | 慶應義塾大学 加藤眞三 |
| 題名 (原題/訳) | | |
| Effect of an Interdisciplinary Weight Loss and Lifestyle Intervention on Obstructive Sleep Apnea Severity: The INTERAPNEA Randomized Clinical Trial. 閉塞性睡眠時無呼吸の重症度に対する学際的減量および生活習慣介入の効果： INTERAPNEA ランダム化臨床試験。 | | |
| 執筆者 | | |
| Carneiro-Barrera A, Amaro-Gahete FJ, Guillén-Riquelme et al | | |
| 掲載誌 | | |
| JAMA Netw Open. 2022 Apr 1;5(4):e228212. | | |
| キーワード | | PMID |
| 睡眠時無呼吸、肥満、減量 | | 35452108 |
| 要 旨 | | |
| <p>重要性： 肥満は閉塞性睡眠時無呼吸症候群 (OSA) の主な原因であるが、減量や生活習慣への介入が OSA や合併症に及ぼす影響は依然として不明である。</p> <p>目的 中等度から重度の OSA を有し過体重または肥満の成人において、学際的な減量および生活習慣介入による OSA および併存疾患に対する効果を評価する。</p> <p>デザイン、設定、参加者： OSA に対する学際的減量・生活習慣介入 (INTERAPNEA) 試験は、2019 年 4 月 1 日から 2020 年 10 月 23 日まで、スペイン・グラナダにある病院ベースの紹介センターで実施された並行群非盲検無作為化臨床試験である。本試験には、中等度から重度の OSA を有し体格指数 BMI が 25 以上である、持続陽圧呼吸療法 (CPAP) を受けている 18~65 歳のスペイン人男性 89 人が登録された。男性のみを組み入れたのは、この集団における OSA の発生率と有病率の高さ、男女間の OSA 表現型の違い、および男性と女性における減量介入の既知の有効性に基づいている。</p> <p>介入： 参加者は、通常のケア (CPAP 療法) を受ける群と、通常のケアに栄養行動の変更、有酸素運動、睡眠衛生、アルコール・タバコの中止を組み合わせた 8 週間の減量・生活習慣介入を受ける群に無作為に割り付けられた。</p> <p>主要アウトカムと評価基準： 主要エンドポイントは、ベースラインから介入終了時点 (8 週間) および介入 6 ヶ月後までの無呼吸低呼吸指数 (AHI) の変化であった。副次的エンドポイントは、その他の OSA 睡眠関連アウトカム、体重・体組成、心代謝リスク、健康関連 QOL の変化であった。</p> <p>結果： 89 人の男性 (平均 [SD] 年齢、54.1 [8.0] 歳；すべてスペイン系民族；平均 [SD] AHI、41.3 [22.2] event/h) のうち、49 人が対照群に、40 人が介入群に無作為に割り付けられた。介入群では、介入終了時点において対照群 (変化、2.5events/h；95%CI、-2.0~6.9events/h) よりも AHI の減少が大きく (51%減少；変化、-21.2events/h；95%CI、-25.4~-16.9events/h)、平均群間差は -23.6events/h (95%CI、-28.7~-18.5events/h) であった。介入 6 ヶ月後の AHI 低下は介入群で 57%、平均群間差は -23.8event/h (95%CI、-28.3~-19.3event/h) であった。介入群では、介入終了時点で 40 人中 18 人 (45.0%) が CPAP 療法を必要としなくなり、40 人中 6 人 (15.0%) が OSA の完全寛解を達成した。介入後 6 ヶ月では、34 人中 21 人 (61.8%) が CPAP 療法を必要としなくなり、34 人中 10 人 (29.4%) が OSA の完全寛解を達成した。介入群と対照群では、体重 (変化、-7.1kg [95%CI、-8.6~-5.5kg] vs -0.3kg [95%CI、-1.9~-1.4kg]) および体組成 (例えば、脂肪量の変化、-2.9kg [95%CI、-4.5~-1.3kg] vs 1.4kg [95%CI、-0.3~3.1kg])、心代謝リスク (例えば、血圧の変化、-6.5mmHg [95%CI、-10.3~-2.6mmHg] vs 2.2mmHg [95%CI、-2.1~6.6mmHg])、および健康関連 QOL (例えば、睡眠時無呼吸 QOL 指数の変化、0.8ポイント [95%CI、0.5~1.1ポイント] vs 0.1ポイント [95%CI、-0.3~0.4ポイント]) も介入終了時点で認められた。</p> <p>結論とその意義： 本研究では、中等度から重度の OSA を有し、過体重または肥満で CPAP 療法を受けているスペイン人男性を対象とした学際的な減量および生活習慣介入により、OSA 重症度と併存疾患、ならびに健康関連 QOL に臨床的に意味のある持続可能な改善がみられた。したがって、このアプローチは、ますます多くなっているこの睡眠呼吸障害の重大な影響に対処するための中心的な戦略として考えられる。</p> | | |