

Top 20 Research Studies of 2020 for Primary Care Physicians

American Family Physician. 2021 Jun 9



長州総合
診療プログラム
Choshu Family Medicine Residency

山口県立総合医療センター
長州総合診療プログラム 専攻医3年目
岡本雄太郎

はじめに

American Family Physicianでは毎年この企画を実施

2020年はPOEMs teamによって20,000以上の研究が評価

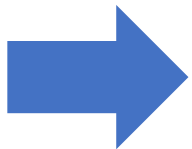
そのうち306個がvalidity、relevance、practice changeのクライテリアに合致

その306個からCanadian Medical Associationのメンバーが選んだトップ20

POEMsとは？

Patient-Oriented Evidence that Matters

1. Will this information have a direct bearing on the health of patients ,
i.e. is it something they care about?
2. Is the problem common in one's practice?
3. If valid, will this information require a change in current practice?

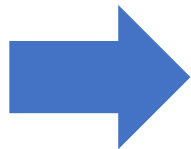


すべて“Yes”ならPOEMsと認められる

POEMsとは？

患者志向の重要なエビデンス

1. この情報は患者の健康に直接関係があるのでしょうか、すなわち、それは彼らが気にする何かですか？
2. その問題は、自分の診療ではよくあることなのか？
3. もし有効であれば、この情報は現在の診療の変更を必要とするだろうか？

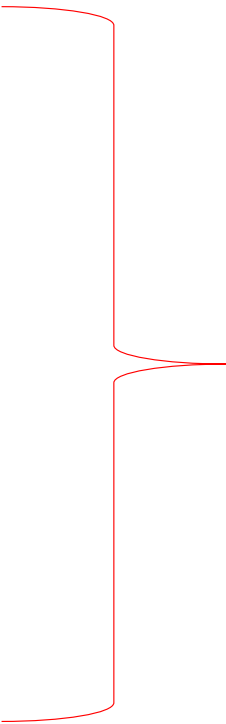


すべて“Yes”ならPOEMsと認められる

POEMsと認められたら？

Original researchとSystematic reviewsのみ検証

- Criteria for Relevance
- Studies of Treatments
- Studies of Diagnosis
- Reviews
- Studies About Prognosis
- Decision Analysis
- Qualitative Research



それぞれの研究にあった
方法で批判的吟味が行われる

対象の論文は？

- ▶ Academic Emergency Medicine
- ▶ Acta Orthopaedica
- ▶ Age and Ageing
- ▶ Alimentary Pharmacology & Therapeutics
- ▶ American Heart Journal
- ▶ American Journal of Emergency Medicine
- ▶ American Journal of Gastroenterology
- ▶ American Journal of Medicine
- ▶ American Journal of Obstetrics and Gynecology
- ▶ American Journal of Ophthalmology
- ▶ American Journal of Preventive Medicine
- ▶ American Journal of Psychiatry
- ▶ American Journal of Public Health
- ▶ American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine
- ▶ American Journal of Sports Medicine
- ▶ American Journal of Surgery
- ▶ Annals of Emergency Medicine
- ▶ Annals of Family Medicine
- ▶ Annals of Internal Medicine
- ▶ Annals of Surgery
- ▶ Annals of the Rheumatic Diseases
- ▶ Antimicrobial Agents and Chemotherapy
- ▶ Archives of Disease in Childhood
- ▶ Arthritis & Rheumatology
- ▶ Arthroscopy
- ▶ Birth
- ▶ BJOG
- ▶ BMC Family Medicine
- ▶ BMC Medicine
- ▶ BMJ
- ▶ BMJ
- ▶ Bone & Joint Journal
- ▶ British Journal of Dermatology
- ▶ British Journal of General Practice
- ▶ British Journal of Psychiatry
- ▶ British Journal of Surgery
- ▶ Canadian Family Physician
- ▶ Canadian Medical Association Journal
- ▶ Cancer
- ▶ Chest
- ▶ Circulation
- ▶ Clinical Otolaryngology
- ▶ Critical Care Medicine
- ▶ Diabetes
- ▶ Diabetes Care
- ▶ Diabetic Medicine
- ▶ Digestive Diseases and Sciences
- ▶ Diseases of the Colon & Rectum
- ▶ European Heart Journal
- ▶ Family Medicine
- ▶ Family Practice
- ▶ Fertility and Sterility
- ▶ Gastroenterology
- ▶ Gut
- ▶ Heart
- ▶ International Journal of Clinical Practice
- ▶ JAMA
- ▶ JAMA Dermatology
- ▶ JAMA Internal Medicine
- ▶ JAMA Neurology
- ▶ JAMA Ophthalmology
- ▶ JAMA Otolaryngology—Head & Neck Surgery
- ▶ JAMA Pediatrics
- ▶ JAMA Psychiatry
- ▶ JAMA Surgery
- ▶ Journal of Allergy and Clinical Immunology
- ▶ Journal of Bone and Joint Surgery, American Volume
- ▶ Journal of Bone and Joint Surgery, British Volume
- ▶ Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism
- ▶ Journal of Clinical Epidemiology
- ▶ Journal of Clinical Pharmacology
- ▶ Journal of General Internal Medicine
- ▶ Journal of Hospital Medicine
- ▶ Journal of Pediatrics
- ▶ Journal of Physiotherapy
- ▶ Journal of Shoulder and Elbow Surgery
- ▶ Journal of the American Academy of Dermatology
- ▶ Journal of the American Board of Family Medicine
- ▶ Journal of the American College of Cardiology
- ▶ Journal of the American College of Surgeons
- ▶ Journal of the American Geriatrics Society
- ▶ Journal of the National Cancer Institute
- ▶ Journal of Urology
- ▶ Lancet
- ▶ Lancet Infectious Diseases
- ▶ Medical Care
- ▶ Medical Decision Making
- ▶ Medical Journal of Australia
- ▶ Medicine & Science in Sports & Exercise
- ▶ Neurology
- ▶ Neurosurgery
- ▶ New England Journal of Medicine
- ▶ New England Journal of Medicine
- ▶ Obstetrics and Gynecology
- ▶ Pain
- ▶ Pediatrics
- ▶ PLOS Medicine
- ▶ Preventive Medicine
- ▶ Rheumatology
- ▶ Scandinavian Journal of Gastroenterology
- ▶ Scandinavian Journal of Infectious Diseases
- ▶ Southern Medical Journal
- ▶ Stroke
- ▶ Thorax

100以上のjournalが対象

Top 20 Research Studies of 2020 for Primary Care Physicians

今回のレクチャーの楽しみ方

Clinical Question 0

ここにClinical Questionが示されます。

Answer 0

上記に対する答えがここに記載されます。

論文のデータなどがあればここに記載があります。

Comment

僕自身のコメントを記載しています。

参加されているみなさまへ

皆様もClinical Questionやその答えに対してお気づきの点があればチャット欄に記載して頂きたいと思います。

CQ●●：コメント

のようなテンプレートでコメントを記載して頂けるとわかりやすいです。

皆さんのコメントがこの会をより、有意義なものにします。
是非とも積極的なコメントをよろしくお願いいたします。

目標コメント数100を目指しています！！
是非ともご協力ください！！

Top 20 Research Studies of 2020 for Primary Care Physicians

COVID-19

Clinical Question 1

頻回に手洗いをすることは気道感染症を減らすか？

Answer1

手洗いは呼吸器感染症を減らす。

- 簡単なオンラインでの介入により、介入が終了するまでの4ヶ月間の気道感染症が減少した。
- Number Needed to Treat=12

Comment

NNT=12はすごい。昔から大事と言われていることはやはり重要。
介入期間は意識して手洗いやったのかも…

Clinical Question 2

パンデミック時の検疫措置は感染拡大を防ぐか？

Answer2

検疫措置は感染拡大を防ぎます。

- COVID-19の10のRCT、4の観察研究、COVID-19パンデミック前の15のモデリング研究で検疫措置が（特に他の公衆衛生上の対策と組み合わせることによって）流行の拡大を減らすのに一貫して効果的だった。

Comment

オリンピック・パラリンピック時の検疫は大丈夫だったのかな？

Clinical Question 3

Stay Home OrderはCOVID-19の広がりを抑えたか？

Answer3

Stay HomeはCOVID-19の広がりを減らした。

- アメリカでの後ろ向きのデータではStay Homeの命令がCOVID-19の広がりを遅くした。

Comment

最近ではStay Homeという言葉が聞かなくなりましたね。。。。

Clinical Question 4

COVID-19の広がりを防ぐために、マスクの種類の違いはどれほど効果的か？

Answer4

不織布、サージカルマスクが適切で、N-95マスクが最も良い。

- ゲートルとバンダナは役に立たない。
- 綿、ニットのマスクはあまり良くない。
- ポリプロピレン（不織布）、サージカルマスクがより良い。
- N-95マスクはCOVID-19の呼吸器飛沫の0.1%以下しか透過させない。

Comment

資源の確保ができるなら不織布マスクを使用してもらおう。
こんなに資源をバンバン使って持続可能な社会は実現するの？

Clinical Question 5

COVID-19では発症前の感染はどれくらい一般的か？

Answer5

COVID-19では約半数の感染が発症前の段階でおこります。

- ウイルス排出の経時的パターン分析で、発端者が発症前であった時に2次症例の44%が発症前の時期に感染したことを示しました。
- （他の研究では無症候性の感染は若年層では75%以上、全年齢層で40%ほどという報告もある。）

Comment

蔓延を防ぐためには濃厚接触者の追跡は重要。

Prevention and Screening

Clinical Question 6

アスピリンは一次予防として利益はあるか？

Answer6

アスピリンはもはや一次予防としては推奨されない。

- 利益と害のバランスが等しく重み付けされているため、癌と心血管疾患のための一次予防としてはアスピリンは推奨されない。
- 欧州心臓学会、米国心臓学会、米国心臓協会ももうアスピリンを一次予防としては推奨していない。

Comment

無症候性脳梗塞で処方されているケースを時々見ますが…必要？
がん検診・予防医療を提供することが重要！

Clinical Question 7

毎日の歩数カウント/歩行強度は早期死亡のリスクに関係があるか？

Answer7

1日の歩数が多いほど死亡率が減少する。

- 歩数が多いほど、死亡率が減少する。
- 歩行強度は死亡率とは関係しなかった。

全死亡率

- 4000歩 < : 77人/1000人年
- 4000-7999歩 : 21人/1000人年
- 8000-11999歩 : 7人/1000人年
- <12000歩 : 4.8人/1000人年

Comment

フレイルの予防にも繋がりそう。

スマホアプリと電子カルテが連動するとうこういう記録も取りやすそう…

Clinical Question 8

骨折しやすい女性を特定するために骨密度測定を繰り返す必要はあるか？

Answer8

骨密度測定は一般的には繰り返す必要はない。

- 3年後に骨密度を再測定しても、予後情報は追加されない。
- 骨折リスク測定と治療の必要に関しては3年では大きく変化がないため、検査を繰り返す必要はない。
- 女性は65歳あたりで1度骨密度測定をしておく。

Comment

何年おきが推奨されるかはわからない。やめ時はいつ??
結果が良い人は3年後のフォローにする？

Clinical Question 9

HPVワクチン接種は浸潤性子宮内膜がんのリスク低下と関連するか？

Answer9

HPVワクチン接種は、浸潤性子宮内膜がんを減少させる。

- ワクチン接種は有意に浸潤性子宮内膜がんの発症リスク軽減に関連する。
- adjusted incidence rate ratio=0.37; 95% CI,0.21-0.57
- 17歳以前にワクチン接種を受けた女性の方が効果は高かった。
(adjusted incidence rate ratio=0.12; 95% CI,0.00-0.34)

Comment

日本でも積極的な接種が進むと良いですが…
ワクチンの効果は圧倒的！

Musculoskeletal

Clinical Question 10

理学療法や単回のステロイド注射は変形性膝関節症に有効か？

Answer10

理学療法はいくらかステロイド注射より有効だった。

- 理学療法群ではホーソン効果、ステロイド注射群ではプラセボ効果の影響があるかもしれない。
- コクランレビューでは、ステロイド注射は2-4週毎の投与が有効であると示している。
- 米国リウマチ学会では理学療法とステロイド注射の併用を推奨している。

Comment

家庭医としては関節注射の技術とリハビリ指導の技術が必要？

Clinical Question 11

アセトアミノフェンは鎮痛剤として有用か??

Answer 11

アセトアミノフェンの鎮痛効果は限定的だった。

- アセトアミノフェンの有効性に対する研究はかなり少ない。
- プラセボと比較した研究では有効性があるとされている。
- 急性腰痛症や変形性ひざ関節症の患者には効果が乏しい。

Comment

NSAIDsのほうが鎮痛効果は高い印象はある。
内服よりもまずはNSAIDs局所塗布を使用してます。

Clinical Question 12

急性腰痛症に対してイブプロフェンと筋弛緩薬の併用療法はイブプロフェン単剤治療よりも有効か？

Answer12

急性腰痛症に対しては筋弛緩薬は有効ではない。

- イブプロフェン治療に筋弛緩薬を追加しても、治療開始から1週間後の機能改善や痛みの改善は認められなかった

Comment

自分はあまり処方したことがありませんでした…

Respiratory

Clinical Question 13

どのような治療がCOPDの急性増悪に有効か？

Answer13

抗菌薬と全身ステロイドがCOPD急性増悪を改善する。

- 短期間の抗菌薬投与と全身ステロイドが症状改善・治療失敗の減少に繋がる。
- 抗菌薬の種類や量、期間については明確な根拠は見いだせていない。
- 致死的な症状の患者は今回の研究には含まれていない。

Comment

研修医の時にABC (Antibiotics、Bronchodilator、Corticosteroids) と覚えたけど、Bについては効果がないのかな？

Clinical Question 14

何を伝えることが気道感染症に対する抗菌薬を求める行動を減少させるのに効果的か？

Answer 14

メッセージ/カウンセリングが急性上気道炎に対する抗菌薬を求める行動を減少させる。

- ポジティブなメッセージとネガティブなメッセージのどちらも伝えることが重要。
- 気管支炎という言葉を使わずに「胸部の風邪」というほうが患者に安心感がある。

Comment

徐々にウイルスには抗菌薬は効かないということも広まりつつある？
頭ごなしにいらぬというのではなく、患者の意見も聞いてみよう。

Miscellaneous

Clinical Question 15

既往歴にペニシリンアレルギーを持つ患者のうち、アレルギー検査で陽性となるのはどの患者か？

Answer 15

FAST ruleが真のペニシリンアレルギーを見分けるのに役立つ。

- F : five years or less since the reaction : 2 points
- A,S : anaphylaxis, angioedema, or severe cutaneous reaction : 2 points
- T : treatment required for reaction : 1 point
- Score 0 : アレルギー検査で陽性となる可能性 1 %未満
- Score 1,2 : アレルギー検査で陽性となる可能性 5 %

Comment

いきなり別の薬に変えるのではなくまずはスクリーニングを行う。
0点なら大丈夫じゃないかな？

Clinical Question 16

胸部レントゲン写真や十二誘導心電図、Papテストを低リスク患者に行うことは追加のヘルスケアを必要とするか？

Answer 16

胸部レントゲン写真と十二誘導心電図のルーティン評価はアウトカムを改善させず、むしろ害を及ぼすかもしれない。

- COVID-19がヘルスケアシステムに大きな影響を与えた。
- 成人の年次検診における胸部Xp、心電図、21歳以下or69歳以上の乳房Xp検査を低リスク患者に行った場合、専門医への受診回数や診断検査・手術の回数が増加する。
- （COVID-19の影響でPSAはパンデミック収束までスクリーニングを推奨されなくなった。）

Comment

分母が大きくなるので当たり前っちゃ当たり前？
年1回はレントゲン写真やECGは検査したいなあ。

Clinical Question 17

どのくらい検査結果にばらつきがあるか？
どのようにそれを説明すればよいか？

Answer 17

治療効果とは関係なく分析的・生理学的変数が検査結果の変動に繋がる可能性がある。

- 数字は嘘をつかないとはいえ真実を伝えているとは限らない。
- HbA1c：6.3%であっても5.5%-7.5%までばらつきがある。
- <https://www.bmj.com/content/368/bmj.m149>
- 分析プロセス・生理学的ばらつきの影響がある

Comment

思った以上に検査値にも結構ばらつきがでる。
同一時刻で採血すると少しはばらつきが抑えられる？

Clinical Question 18

継続的な診療は死亡率の減少に繋がるか？

Answer18

継続的なケアは死亡率の低下に関連する。

- このシステマティックレビューではプライマリ・ケアの継続性が高いほど全死亡率が低いことが示された。
- 医師-患者関係を構築し、相互作用の治癒力を促進する医師との継続的な関係。

Comment

プライマリ・ケアのACCCCのContinuity！！

Practice Guidelines

Clinical Question 19

どのように臨床医は痛風患者のマネジメントをすれば良いか？

Answer 19

アロプリノールが尿酸値を下げる薬剤の1st choiceとして好まれる。
コルヒチン、NSAIDs、ステロイドは発作時に使用すべき。

- 痛風発作が年2回以上ある患者、痛風による関節損傷がX線で確認できた患者は治療開始する。
- CKD stage 3以上を含めアロプリノールで血清尿酸値 6 mg/dL未満を目標とする。
- ACRは痛風の再燃を防ぐためコルヒチン、NSAIDs、ステロイド（経口、関内、筋肉内）の使用を強く推奨している。

Comment

日本はフェブリクを使っている人が多い気が…

Clinical Question 20

COPD患者に対す適切なる薬物アプローチは？

Answer20

LABAとLAMAでCOPD患者を治療する。
吸入ステロイドは患者を限定して使用すべき。

- 条件付きでICSを使用すべき。
- ICS使用患者でコントロール良好であれば1年後にICSを中止すべき。
- 好酸球増多のある患者のICS使用は推奨も反対もされていない。
- 適切な治療をしているが呼吸困難の強い患者には条件付きでオピオイドの使用も推奨される。

Comment

最近、3剤併用（ICS、LABA、LAMA）の処方も多くなった？
ICSは調子が良いなら減らしてくように。そもそもの適応も考える。

夢をはじめよう

人とふれあい

人は育つ

きっと夢って

あなたのそばにある

あなたならできる

山口の医療に夢を

山口県立総合医療センター

長州総合診療プログラム

Startup Dream.