



精神科一般診療で遭遇する睡眠障害とその対応

コーディネーター 内山 真, 三島 和夫

睡眠時無呼吸症候群, 過眠症, 生体リズム障害などにおける睡眠医学分野の発展はめざましい。精神科は臨床で睡眠障害を最も多く扱うにもかかわらず最新の睡眠医学の知見が精神疾患患者の睡眠障害治療に十分生かされているとはいえない。

本シンポジウムでは精神科医が日常臨床で高頻度に遭遇すると考えられる睡眠の問題を取り上げ最新の睡眠医学的立場から展望し, 精神疾患に伴う睡眠障害に対する最新の治療的働きかけについて最新の知見を展望し紹介した。

島根大学医学部精神医学講座の堀口淳教授は, 「周期性四肢運動障害は睡眠障害である! ——見逃してはならない脚のピクツキと悪い寝相——」と題し, 周期性四肢運動障害およびむずむず脚症候群の臨床について, 不随意運動のビデオ供覧や症例呈示を通して解説した。さらに, 新たな知見として抗精神病薬投与によるアカシジア時にみられた特有の不随意運動について紹介した。

久留米大学医学部神経精神医学講座の内村直尚教授は「睡眠時無呼吸症候群と精神疾患」というテーマで, 睡眠時無呼吸症候群において種々の精神疾患が合併することがあり, 特にうつ病の合併率が高いこと, うつ病と睡眠時無呼吸症候群が合併していると一見うつ病の遷延化と区別がつきにくいことなどについて, 連続例の検討を通し臨床

的観点から解説した。

日本大学医学部精神医学系の金野倫子講師は, 「向精神薬と睡眠時随伴症」というテーマで, レム睡眠行動障害, 睡眠時遊行症, 睡眠関連食行動障害, 悪夢など向精神薬の副作用で起こり得る睡眠時随伴症について展望し, 特に抗精神病薬の投与で悪性症候群とともにレム睡眠行動障害が一過性に見られた症例などの自験症例の検討を通してその発現機序について考察した。

滋賀医科大学医学部精神医学講座の山田尚登教授は「気分障害に見られる睡眠障害とその対応」について発表した。この中で, 双極性障害における睡眠時間が状態に依存して変化し, 躁転に先行して睡眠時間短縮が, うつ転に先行して睡眠時間延長が見られることを自験例の症例報告から明らかにした。さらに, 滋賀医科大学精神科における入院患者の不眠に対する運動療法や高照度光療法の取り組みについて紹介した。

国立精神・神経センター精神保健研究所・精神生理部の三島和夫部長は「気分障害診療における不眠管理の実態とその問題点」と題して, 気分障害治療における睡眠障害治療の重要性について認識は高いものの具体的指針がなく, 睡眠薬の適応と至適使用法, 睡眠薬の中止時期の判断基準, 不眠コントロールのための抗うつ薬選択などについて

て実践的な指針の作成が必要であることを示した。

睡眠医学の視点から種々の睡眠障害について臨床的な位置づけが次第に明確になってきた。精神科疾患や精神科治療と関連する睡眠障害は多い。本シンポジウムでは異常感覚や不随意運動が原因となった睡眠障害、睡眠時無呼吸症候群の精神医

学的側面、向精神薬による睡眠時随伴症、気分障害における睡眠障害の病因論的意義、気分障害における不眠治療と、明日からの臨床に役立つ話題を提供できたと考える。こうした知見を精神医療の日常臨床に取り入れていくことが重要である。

