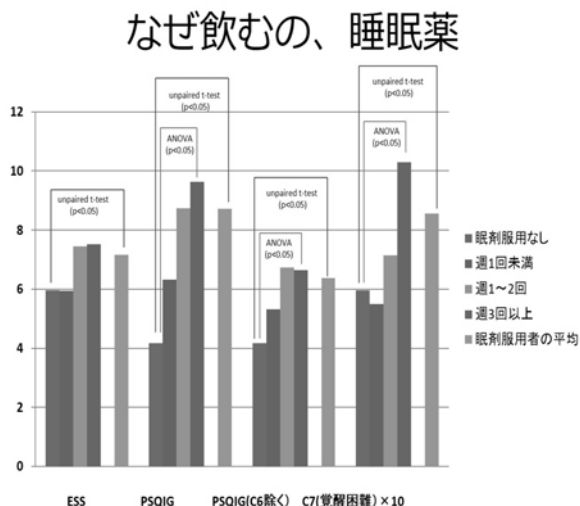




なぜ飲むの、なぜやめないの、睡眠薬

―当センターで調査した結果―

睡眠薬服用者の眠気（エップワース睡眠尺度）は強く、それは眠剤を飲む回数が多いほど強くなる傾向がありました。

また、睡眠や生活の質（ピッツバーグ質問票）も、睡眠薬服用で悪化し、服用回数が多いほどその傾向が強いことがわかりました。

それでも飲むのは何故？、やめないのは何故？

日本睡眠学会

第42回定期学術集会

2017年6月28・29・30日、7月1日

於パシフィコ横浜（横浜市）

今年も学会の季節が参りました。

い

今年の睡眠学会は慈恵会医科大学
葛飾医療センターの伊藤洋病院長・
日本睡眠学会理事長の下、横浜市
で開催されます。テーマは「Desi

会期前後の会議を含め、六月二十八日（水）から三十日（金）まで睡眠歯科センター外来が手薄になり、ご迷惑をおかけします。

ハーマン」)、我々が心身の調和を保ち、健全な生活を送るためには、自ら良好な睡眠を積極的に創造してゆく必要がある。そして現

研究報告は睡眠歯科センター、医科病院内科、片平歯科クリニックから三題が採択され、学会場では何かと忙しくなりました。

在社会においては睡眠を軽視せず
より良く眠る事を計画する事が重
要であるという思いが込められて

また、睡眠歯科センターより一名が専門医試験に挑んでおりますので、その結果も気になります。

ぐっすりーる

Vol.8 No.5
SAS支援会

〒151-0053
東京都渋谷区
代々木3-24-3
片平歯科クリニック内
電話
03-5371-3018

1面	『日本睡眠学会第42回学術集会』
2面	『写外報告』 「いびき症三兄弟 治療の巻」 「気になる医療ニュース」

号外報告

多くの患者にいち早くお知らせしなければならぬ有益なニュースとして、ぐっすりーぷの号外を発行しました。

気になる医療ニユース (1567) 睡眠薬や抗不安薬44種類「規定量で薬物依存の恐れ」にも収めてあります。

内容は去る三月二十一日の朝日新聞デジタル版で報道されたもので、睡眠薬や抗不安薬、抗てんかん薬として処方される「ベンゾジアゼピン（ＢＺ）系」という薬などについて、規定量でも薬物依存に陥る恐れがあるので長期使用を避けることなどを明記するよう、厚生労働省は２１日、日本製薬団体連合会などに対し、使用上の注意の改訂を指示し、医療関係者らに注意を呼びかけたものです。

対象はエチゾラム（デパス）やアルプラゾラム（コンスタン）、ソラナックス）など4種類の薬。BZ系薬は短期の使用では高い効果を得られるが、薬をやめられない依存性や、やめたときに不安、不眠などの離脱症状が生じることがあるとされる。日本では広く使われているが、欧米では処方控えられ、長期的な使用も制限されている。

厚労省は、「承認用量の範囲内でも、薬物依存が生じる。漫然とした継続投与による長期使用を避けること」「投与を中止する場合には、徐々に減量するなど慎重に行うこと」などと使用上の注意に明記することを求めている。

義を見てせざるは勇無きなり。厚労省と朝日新聞の誠実で勇気のある態度に敬意を表します。

