

千葉 茂 編著

睡眠の診かた 睡眠障害に気づくための 50 症例

内山 真

睡眠障害の診断治療法開発の進展，睡眠不足や睡眠時無呼吸症候群と産業事故の関連についての知見，体内時計や睡眠覚醒中枢に関する発見などにより，この 30 年間に睡眠および睡眠障害の科学が飛躍的に進み，その認識が広く社会に広まった。

2010 年以降，これらの進歩は関連する臨床医学分野に取り入れられた。睡眠障害国際分類 (International Classification of Sleep Disorders : ICSD) が，2014 年に第 3 版 (ICSD-3) となり，最新の診断・治療法が取り入れられた。WHO の ICD-11 では，ICD-10 において 6 章の精神疾患，7 章の神経疾患に分かれていた睡眠障害が，6 章の精神疾患および 8 章の神経疾患とは独立し，7 章としてひとつの章を構成することになった。

DSM-5 では，睡眠・覚醒障害について DSM-IV-TR からの大幅な充実が図られた。不眠障害群，睡眠関連呼吸障害群，中枢性過眠群，概日リズム睡眠・覚醒障害群，睡眠関連運動障害群，睡眠時随伴症群などの診断カテゴリーに多彩な睡眠障害が網羅的にまとめられている。DSM-5 における睡眠障害の充実，世界的に睡眠障害医療における最初の窓口として，精神科の重要性が認識されたことを意味する。

私たちの実地臨床に目を向けると，睡眠障害を訴える患者が精神科医のもとを訪れるようになっていく。これを反映して，多くの専門的解説書やマニュアルなどが出版されている。しかし，このようなマニュアルだけで臨床像をつかみ，睡眠障害の多彩な症状や病態を理解するのは難しい。

本書は，具体的症例の提示とその臨床的ポイント，問題点の解決を中心にコンパクトな症例集となっている。見開き 2 ページで完結するように構成されているため，何処からでも読み始めることができる。ちょっとした時間を利用して，一歩ずつ睡眠を診る

ことを学ぶことができる。

臨床の第一線で活躍する多分野の専門家による厳選された症例は，実践的な疑問に基づき，遭遇することの多い状況で設定され，簡潔にして要を得ている。実地臨床に携わる専門家ならではの臨場感あふれる症例記載は，味気ない診断分類書やマニュアルとは異なり，あたかも読者が自ら実臨床で経験しているかのように錯覚させる。

解説では，病態生理からの症状の解釈，必須の検査とそのデータ判読のコツや落とし穴，確定診断までの思考プロセス，治療法の選択などが明解に示され，厚い専門書をひもとくよりも質の高い臨床情報を提供してくれる。エキスパートによってまとめられたコラムには，睡眠の診かたを深めるための臨床の実用書を越えた叢智がある。

編者の千葉茂先生は，精神医学の中における睡眠障害の臨床について厚生労働省研究班や日本睡眠学会とともに努力を重ねてきた同志であり長年の友人である。彼の睡眠医学に関する見識と臨床経験の深さにいつも敬服させられる。執筆者は，睡眠障害医療の第一線で活躍されている新進気鋭およびベテランである。睡眠医学に関する知識は，精神科臨床の思わぬ局面で私たちの患者さんを助けるヒントを与えてくれる。是非，本書をお読みいただくことを推奨する。

(日本大学医学部精神医学系)

●B5 136 頁 2019 年 定価：本体 4,500 円＋税 新興医学出版社刊