



睡眠薬のトリセツ

今すぐ使える不眠治療の処方箋

「睡眠薬レシピの報道相」をはじめよう

不眠に伴う課題の糸口を薬学的視点から探る

- ◎睡眠薬ポリファーマシーに至る処方カスケードを阻止せよ!
- ◎病棟でみる不眠とせん妄の負のスパイラルを阻止せよ!
- ◎OTC睡眠改善薬の長期使用を阻止せよ!

睡眠薬の特徴から不眠のイロハを整理する

- ◎作用機序から睡眠に関連する
ホルモン・神経伝達物質を整理する
- ◎作用時間から不眠の4つのタイプを整理する
- ◎睡眠薬では取り除けない不眠の要因を整理する

睡眠薬を選ぶ・使うに役立つ「これだけ!」 DI (drug information)

- ◎メラトニン受容体作動薬・オレキシン受容体拮抗薬
- ◎ベンゾジアゼピン受容体作動薬
- ◎睡眠薬以外の不眠に効果がある向精神薬

キホン事例で学ぶ「ファーストチョイス」 その理由

- ◎一過性の不眠への頓服薬希望
- ◎せん妄リスクはないが、その対策が必要な不眠
- ◎せん妄疑い時の睡眠確保 … など

キホン事例で学ぶ「減量・切り替え」その理由

- ◎睡眠薬の短時間型から長時間型への切り替え・減量
- ◎ベンゾジアゼピン系受容体作動薬
減量中にきたした不眠への対応
- ◎十分量の睡眠薬投与でも継続する
不眠へのポリファーマシー対策 … など

「睡眠薬に頼らない眠り」を目指した 睡眠衛生指導のステップ

掲載内容は都合により変更になる場合があります。

「特集」編集アドバイザー

石井伊都子 (千葉大学医学部附属病院薬剤部)

大井 一弥 (鈴鹿医療科学大学薬学部)

室井 延之 (神戸市立医療センター中央市民病院薬剤部/神戸市立神戸アイセンター病院)

山浦 克典 (慶應義塾大学薬学部)

2023 年 1 月 5 日発行

発行者

株式会社南山堂 代表者 鈴木幹太 編集長 村井恵美
〒113-0034 東京都文京区湯島 4-1-11

TEL 代表 03-5689-7850 www.nanzando.com

装丁デザイン 有限会社タイプフェイス

装丁イラスト あべたみお

DTP 株式会社サンビジネス/株式会社イオック/
クニメディア株式会社/三美印刷株式会社/
株式会社ビーコム/有限会社タイプフェイス/
株式会社新協/ライブコンタクト

印刷 株式会社真興社

© NANZANDO Co., Ltd. 2023

UCOPY <出版者著作権管理機構 委託出版物>

複製を行う場合はそのつど事前に (一社) 出版者著作権管理機構 (電話 03-5244-5088, FAX 03-5244-5089, e-mail: info@jcopy.or.jp) の許諾を得るようお願いいたします。

本書の内容を無断で複製することは、著作権法上での例外を除き禁じられています。

また、代行業者等の第三者に依頼してスキャニング、デジタルデータ化を行うことは認められておりません。