

特集にあたって

——不眠対応・睡眠薬処方における さまざまな課題と薬剤師に期待する役割——

精神的・身体的機能を正常に保つためには、“適切な睡眠”が必要です。“適切な睡眠”を確保するためには、まずは睡眠環境を整えることが重要ですが、それだけでは不十分な場合があります。次の手段として、睡眠薬などによる薬物治療が実施されることがありますが、不眠治療に対する知識不足などによって、睡眠薬の多剤使用（ポリファーマシー）の温床につながるケースもみられています。不眠に最も汎用されているベンゾジアゼピン系睡眠薬の日本での使用量は、米国や英国と比較して極めて多い結果が示されています（国連による調査結果）。

ベンゾジアゼピン系睡眠薬使用についての抵抗感は薬剤師にも多くみられますが、闇雲に排他的になるのではなく、しっかりとその性質を理解しながら上手に使っていくことも必要かと思われます。また、新しい睡眠薬のメラトニン受容体作動薬のラメルテオンやオレキシン受容体拮抗薬のスボレキサントやレンボレキサントについても、どのような場面でより有用に使用できるのかを学ぶことで睡眠薬の適正使用につながります。

ポリファーマシーの問題に加え、不適切な睡眠管理や身体・精神状態の変化などにより、せん妄、転倒、精神的な異常行動などのトラブルが誘発されることがあります。どのように対応すればよいのかわからない医療スタッフ・患者・介護者もたくさんおり、睡眠薬の処方に関するア

ドバイスを薬剤師に求める場面が増えています。そこで、本特集では「睡眠薬のトリセツ」と題し、早期からの不眠への介入、不眠の改善とともに次の課題解決を目的に、本特集企画を立案しました。

- ・睡眠薬ポリファーマシーの解消
- ・睡眠薬による転倒・認知機能低下の予防
- ・入院患者でのせん妄対策
- ・OTC睡眠改善薬の長期服用者への受診勧奨

本特集では睡眠の薬物治療のエキスパートに睡眠薬の正しい使い方を指南していただきました。これを機に睡眠薬による不眠治療の知識をしっかりと整理しましょう。

鈴鹿医療科学大学薬学部 薬学科 教授

三輪 高市