

編集後記

- 日本は世界有数の睡眠不足大国であることが知られています。経済協力開発機構 (OECD) のデータによると、日本人の平均睡眠時間は、調査した先進国33カ国で最短でした。ショートスリーパーを自称する人はいますが、大半は慢性的な睡眠不足に慣れてしまい自覚できていないだけと考えられています。また、睡眠不足は仕事の効率が低下するだけでなく、心身の健康にも悪影響を及ぼすことが明らかになっています。
- 今月の特集は睡眠-覚醒障害です。不眠症や睡眠時無呼吸症候群など有病率が高い疾患が多く、その背景には精神疾患や認知症が潜んでいる可能性があります。一方で、睡眠衛生や睡眠-覚醒障害の診断や治療について系統的に学ぶ機会は限られているのが現状です。筆者自身、日頃の睡眠不足を反省しつつ、本特集を通じて多くを学ぶことができました。

[H.K.]

内科総合誌

Medical Practice

2026 vol.43 no.9

2026年9月1日発行

定価2,970円(本体2,700円+税10%)

2026年年間予約購読料:定価35,640円

(本体32,400円+税10%)

(12冊・送料小社負担)

Medical Practice 編集委員会

矢崎義雄, 小池和彦, 小室一成

須永眞司, 山内敏正, 鹿毛秀宣

藤城光弘, 武田憲彦

発行者=浅井麻紀

発行所=株式会社文光堂

〒113-0033 東京都文京区本郷7-2-7

URL <https://www.bunkodo.co.jp>

[営業部]

電話 03-3813-5478

Fax 03-3813-7241

[編集室]

E-mail mp@bunkodo.co.jp

印刷所=真興社

広告お問合せ先

株式会社文光堂 広告・宣伝課

〒113-0033 東京都文京区本郷7-2-7

電話 03-3813-5478

Fax 03-3813-7241

E-mail koukoku@bunkodo.co.jp

- ◎ 本誌に掲載する著作物の複製権、翻訳権・翻案権、上映権・譲渡権、公衆送信権 (送信可能化権を含む)、二次的著作物の利用に関する原著者の権利は、株式会社文光堂が保有します。
- ◎ 本誌を無断で複製する行為 (コピー、スキャン、デジタルデータ化など) は、私的使用のための複製など著作権法上の限られた例外を除き禁じられています。大学、病院、企業などにおいて、業務上使用する目的で上記の行為を行うことは、使用範囲が内部に限られるものであっても私的使用には該当せず、違法です。また私的使用に該当する場合であっても、代行業者等の第三者に依頼して上記の行為を行うことは違法となります。
- ◎ **JCOPY** (出版者著作権管理機構 委託出版物)
本誌を複製される場合は、そのつど事前に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) の許諾を得てください。