



## 最近の話題・トピックス

### 「睡眠と認知症」

睡眠医療センター・脳神経内科 大倉 睦美

最近アルツハイマー病における日本初の疾患修飾薬レカネマブが認可されました。超高齢化社会の日本では認知症患者数は増加をたどり、きちんと鑑別し、疾患や病状に応じたケア、薬物療法を選択することが重要です。

国民の30-40%がなんらかの睡眠に関する問題の自覚症状があるといわれています。日本は睡眠時間が世界で最下位ということもさかんに報道されています。睡眠関連疾患や睡眠不足は様々な生活習慣病につながり、精神の不調もきたしますが、なかなか睡眠衛生の改善や睡眠関連疾患への理解が進んでいないのが現状です。

今回は認知症と睡眠について紹介します。

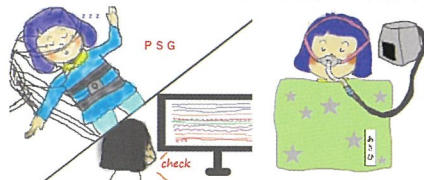
#### アルツハイマー病と睡眠

アルツハイマー病は認知症の中で頻度が一番多く、アミロイドβタンパク質やタウタンパク質の脳内での蓄積により徐々に進行し、この蓄積に睡眠が影響することがわかってきています。覚醒時間の長いマウスでアミロイドβの蓄積が進み、この機序として睡眠中により効率よく働くGlymphatic systemといわれる老廃物の処理システムが想定されています。睡眠不足、閉塞性睡眠時無呼吸など睡眠を阻害する睡眠関連疾患がアルツハイマー病発症と関与します。閉塞性睡眠時無呼吸は有病率が高く日本では中等症以上の患者が900万人と推定されています。

図1. 睡眠呼吸障害モニター



図2. 技師監視終夜睡眠ポリグラフ検査と持続陽圧呼吸 (CPAP) 療法



外来で行う睡眠呼吸障害モニター(図1)でスクリーニングを行い、中等症以上の場合には臨床検査技師監視下終夜睡眠ポリグラフ検査にてCPAP療法を導入します(図2)。一方で日本人の早期アルツハイマー病患者の研究で睡眠関連疾患がある患者でより認知症の行動・心理症状が出やすいことが報告されています。睡眠の訴えがある場合、まずは睡眠衛生、すなわち臥床時間をへらす、日中に日光を浴びるなどを指導します。それでもなお睡眠の問題が残る場合は専門的なアプローチが必要です。

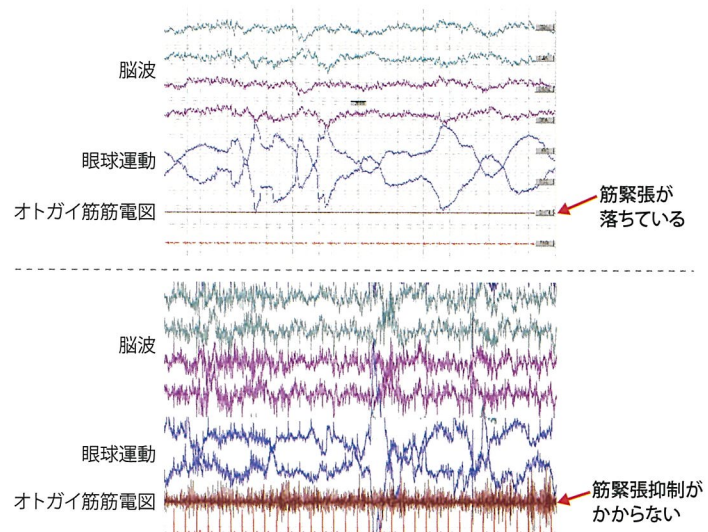
#### レヴィ小体型認知症と睡眠

レヴィ小体型認知症(DLB)はアルツハイマー病に次いで多い変性性認知症疾患です。表1が診断基準です。レム睡眠行動異常症は、

表1. DLBの診断基準

	中心的特徴(必須症状)	進行性の認知機能低下
中核的特徴	認知機能の変動 繰り返す幻視 レム睡眠行動異常症 パーキンソンズム	
指標的バイオマーカー	ドパミントランスポーター取り込み低下 (SPECT PET) MIBG心筋シンチ取り込み低下 終夜睡眠ポリグラフ検査で筋活動を伴わないレム睡眠	
Probable DLB	中核的特徴2つ以上/中核的特徴1つとバイオマーカー1つ以上	
Possible DLB	中核的特徴のみ1つ/バイオマーカーのみ1つ以上	

図3. 正常のレム睡眠(上)と筋緊張抑制が欠如したレム睡眠



夢内容に即した行動や発声が睡眠中にみられる睡眠随伴症の一つです。通常レム睡眠中には筋緊張が落ちるのですがこの機構が障害され、筋緊張のおちないレム睡眠が観察されます(図3)。レム睡眠行動異常症はDLBの認知機能低下の数年前から症状が出現することがあります。確実な診断には臨床検査技師監視下終夜睡眠ポリグラフ検査(図2)が必要です。

本年、人において新規睡眠薬(スボレキサント)投与による脳脊髄液中のアミロイドβの低下が発表されました。今後認知症と睡眠の研究がますます盛んになってくると思われます。睡眠関連疾患は生活習慣病、認知症と様々な疾患に影響します。睡眠について何か困られている場合、ぜひ睡眠医療センターにご相談ください。

\*\*\*\*\*

### 新任医師のご紹介

\*\*\*\*\*



10月より  
脳神経外科  
助教  
こばやし ひろき  
小林 寛樹



10月より  
腎臓内科  
嘱託  
ひらまつ みや  
平松 美也





# 診療医ご案内

(令和5年10月1日現在)



診療科		月	火	水	木	金	土
消化器内科	初診	村上(善)	中畑/八木	中畑/杉野(敏)	村上(善)	森(建)	担当医
	予約診	小島	大洞	小島	中畑	杉野(敏)	—
	予約診	八木	森(建)	村上(善)	坂元	—	—
循環器内科		瀬川	藤井(非常勤)	瀬川	川口(智)	次田	担当医
		田中(新)	伏屋	田中(新)	渡辺(非常勤月1回不定期)	瀬川	(月1回不定期) 土井/大倉(宏)
腎臓内科	1診	大橋(宏) (予約のみ)	大野(道)	古宮	安田(宜) (非常勤)	大野(道)	—
	2診	松本	山本(順)	平松	古宮	大城	—
糖尿病・内分泌内科	1診	佐々木	武田	佐々木	佐々木	武田	武田
	2診	杉本(美)	杉本(美)	金田	杉本(美)	杉本(美)	佐々木
	3診	梶浦	金田	梶浦	梶浦	金田	—
呼吸器内科		石垣(非常勤)	舟口	豊吉	舟口	豊吉	担当医
睡眠医療センター		—	—	大倉(睦)	大倉(睦)	—	大倉(睦)
外科		田中(秀)	杉本(琢)	—	太和田/杉本	田中(秀)/太和田	担当医
乳腺外科	1診	北澤	北澤	—	王	北澤	担当医 (予約診のみ)
	2診	川口(順)	川口(順)	川口(順)	川口(順)	川口(順) (2・4週目)	
脳神経外科		石澤	郭	岡	石澤	—	郭
		岡	野村	村上(哲)	小林	—	小林
脳神経内科		新美 (非常勤・午後)	大倉(睦) (午後)	—	—	大倉(睦)	—
整形外科	初診	岡田	清水	西田	星野	前田	担当医
	予約診	河合	星野	岡田	平岩	西田	今泉 (1週目)
	予約診	日下 (予約紹介)	今泉	前田	河合	大友	日下 (2週目)
	予約診	平岩	—	日下	清水	日下	塚原・河合 (2週目)
	予約診	—	—	—	塚原	今泉	松岡 (1・3週目)
	予約診	—	—	—	—	中島(午後) リウマチ内科	—
皮膚科		清島	清島 (午後)	清島	—	清島	—
眼科	1診	甘利	甘利	甘利	甘利	甘利	—
	2診	坂本(真) (非常勤)	坂本(真) (非常勤)	(非常勤医・午後)	(非常勤医・午後)	坂本(真) (非常勤)	—
泌尿器科		江原(英)	杉野(文) (非常勤)	江原(英)	江原(英)	江原(英)	担当医
		豊田	豊田	豊田	豊田	加藤(卓)	
慢性頭痛と痛みの外来		下畑	—	—	—	—	—
婦人科	完全予約	三鴨 (非常勤・1・3・5週目)	堀 (非常勤・午後)	早崎 (非常勤・午後)	横山 (非常勤・午後)	—	—
放射線治療科		田中(修)	—	田中(修)	田中(修)	田中(修)	—
頭頸部外科 耳鼻咽喉科	1診	長谷川	松塚	長谷川	長谷川	—	担当医
	2診	松塚 (午後)	宇野女	—	松塚 (午後)	松塚	—
歯科・口腔外科	5階 (口腔外科)	鶴飼/渡邊 松下	笠井/高橋 長縄/松下/渡邊	笠井/長縄 鶴飼	高橋/鶴飼 渡邊/長縄/松下	渡邊/長縄 松下/鶴飼/高橋	担当医
	6階 (一般歯科・周術期)	岩崎/大橋(静)	岩崎/大橋(静)	岩崎	岩崎/大橋(静)	岩崎/大橋(静)	担当医
	6階 (摂食嚥下リハビリ)	木村	谷口/木村	谷口	谷口/木村	木村	谷口/木村

**[ご案内]** ●診療受付時間は、全科8:00～11:30、ただし、初診の方は、11:00で受付終了。(救急・急患の場合は、この限りではありません。)  
●年度変わりの時期や学会出張により、診療医が変更することがありますので、予め確認が必要である方は、お電話でお尋ねください。