

被災3県 不眠症5倍に

東日本大震災で大きな被害を受けた福島、宮城、岩手の3県では、不眠症の人の割合が、震災から4か月がたった時点でも震災前の約5倍に達していることが、厚生労働省研究班の調査でわかった。全国平均でも約2倍だった。京

厚労省研究班

都市で開催中の日本睡眠学会で15日、発表した。

調査は今年7月に面接方式で実施、全国157地点の20歳以上の男女1259人（回収率55.8%）から得た回答を分析した。寝付きが悪い、途中で目覚めるなどの症状を訴

え、昼間の行動に支障が出ている人を不眠症と判断した。

不眠症の割合は3県平均で32.0%、全国平均では21.1%で、2年前の調査のそれぞれ4.8倍、1.8倍になった。3県の不眠症はもともと少なく、2年前の調査では全国平均の11.8%に対して6.6%だったが、今回は比率が逆転した。

不眠症の人はよく眠れていない人に比べ、うつ病や不安障

7月調査 原発事故など影響か

害を抱える割合も5.9倍と高かった。一方、不眠症の人のうち睡眠薬を服用していたのは3県で13%、全国で16%にとどまり、多くが治療を受けていないこともわかった。

調査をまとめた国立精神・神経医療研究センターの三島和夫部長は「原発事故などで広範囲に影響が出たとみられる。慢性化させないよう、早めに適切な治療を受けることが大切だ」と話している。