

6月13日(木)

ニュース「睡眠薬の正しい服用について初のガイドラインまとまる」



成人の10人に1人が不眠症といわれる日本。長期にわたって睡眠薬を使い続けるうちに薬に頼らなければ眠れなくなる人が増えているという。医師が漫然と睡眠薬を処方していることが背景にあるとみられている。患者の睡眠の状態などを聞いて徐々に薬を減らす出口を見据えた不眠医療のガイドラインについて、専門家に聞いた。

インタビュー 国立精神・神経医療研究センター 三島和夫 部長