

個人差ある体内時計の周期

皮膚細胞から遺伝子診断

自然に眠くなる時刻や目

覚める時刻にかかわる「体内時計」の周期を皮膚の細胞で簡単に調べる方法を国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所の肥田昌子室長らのグループが開発したと発表した。睡眠障害の診断法の開発につなげ

たいとしている。

24時間前後の体内時計の周期には個人差がある。長い人は、寝る時刻が遅くなつて、朝起きるのがつらい「夜型」の生活になりやすい。極端にずれて社会生活に支障をきたす人もいる。体内時計の周期を正確に調

べるには、時間がわからないうちに隔離した施設での検査が必要で難しかった。

グループは、24時間前後の周期で働くBmal1（ビーマルワン）という遺伝子に注目。実験協力者に寝起きの時刻など詳しく調査を行い、8人の「夜型」と9人の「標準型」に分けてから細胞を採取して、この遺伝子からたんばく質がでる量の変化を読み取り、周期を調べた。（瀬川茂子）