

# 睡眠

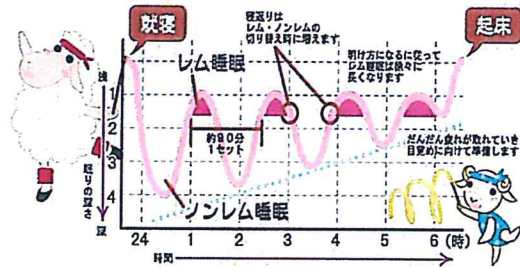


睡眠にはレム睡眠とノンレム睡眠があり、レム睡眠期には脳は活発に活動していますが筋肉の活動は抑制されています。

中年期以降の男性に多い、睡眠時随伴症のひとつで、レム睡眠期に本来抑制される筋肉の活動が抑制されず、夢の内容に一致して筋肉が動いてしまう

## レム睡眠行動障害という

病気があります。



“泥棒と格闘する夢をみて隣で寝ていた奥さんを実際に殴る”、“動物に追いかけられる夢をみて悲鳴をあげて飛び起き壁に激突する”など、単なる寝言や寝ぼけと異なり自傷他害の危険を伴います。睡眠ポリグラフという終夜睡眠脳波筋電図検査でレム睡眠中の筋活動

抑制の欠如を確認し、症状と併せて診断します。後にパーキンソン病、レビー小体型認知症、多系統萎縮症などを発症することがあります。脳幹網様体の障害がその原因と考えられますが、RBDはこうした神経変性疾患の早期診断指標として、また早期治療介入という発症制御の観点からも注目されています。

内服で早期から改善できます!!

