

「指示：不眠時」における各科の睡眠薬選択の傾向

日本赤十字社和歌山医療センター 研修医

上田 遼馬

索引用語：睡眠薬，指示簿

要 旨

「指示：不眠時」の睡眠薬第一選択について調査した。対象は2015年4月1日から2016年1月14日までの当院入院患者のべ13,436人，院内22科で比較検討した。患者全ての指示簿を調べ，その不眠時指示の第一選択薬を各科・医師ごとに調査した。結果，院内で最も頻繁に選択される睡眠薬はリルマザホン(47.1%)，次いでプロチゾラム(25.1%)とわかった。しかしこれらベンゾジアゼピン系睡眠薬は，筋弛緩作用や耐性・依存性の強い従来の薬剤である。我々はより副作用の少ない，非ベンゾジアゼピン系睡眠薬や新規睡眠薬などを使用すべきと考える。不眠時指示を盲目的に入力するのをやめ，睡眠薬選択を新しく見直すことが重要である。

諸 言

あなたは不眠時の指示にどの睡眠薬を選択されるだろうか？

睡眠薬は患者の不眠の解決に非常に重要であり，そのために適切な選択が必要である。しかし当院では不眠時指示は電子カルテ上でセット入力されることが多く，深く迷うことなく簡単に選択されてしまう。本来睡眠薬は，患者の不眠の状態を考慮して臨機応変に選択されるべきであり，機械的に選択されるべきではない。また，患者の安定した睡眠は入院のストレスの軽減だけでなく看護ケアの負担の軽減もできる。ゆえに睡眠薬選択は非常に重要と考える。

本研究では普段「なんでもよい」と思われがちな睡眠薬選択に焦点を当てることで，当院の

不眠時指示で最も頻繁に選択される薬剤を調べ，各科別の傾向や，その選択に対する吟味を比較検討する。

方 法

2015年4月1日から2016年1月14日までの当院入院患者について，看護指示簿における「指示：不眠時」の薬剤第一選択を調査した。対象期間内の患者全ての指示簿を拝見し，各医師の睡眠薬第一選択を調査した。

対象患者はのべ13,436人。比較対象科は外科，眼科，血液内科，呼吸器外科，呼吸器内科，産婦人科，歯科口腔外科，集中治療科，循環器内科，消化器内科，心臓血管外科，心療内科，神経救急科，神経内科，腎臓内科，整形外科，第一第二泌尿器科，糖尿病内分泌科，乳腺外科，脳神経外科，皮膚科，放射線科の22科とした。

(平成28年11月4日受付)(平成28年11月10日受理)
連絡先：(〒640-8558)

和歌山市小松原通四丁目20番地
日本赤十字社和歌山医療センター
研修医

上田 遼馬

結 果

【分析 1】

各科別第一選択薬の結果を示す（表 1）。

多様なばらつきを認めたため、各科ごとに第一選択薬をまとめ並べ替えた（図 1）。

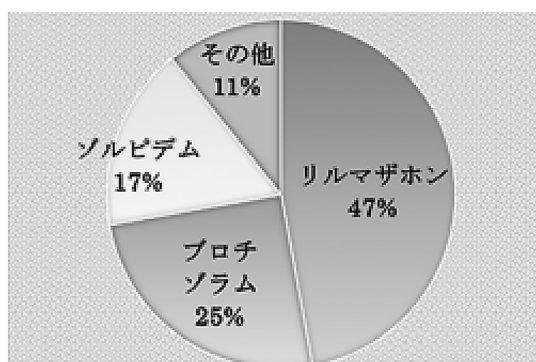
さらに院内で最も頻繁に選択される薬剤を調べた（図 2）。その結果、院内で最も第一位選択として頻繁に用いられる睡眠薬はリルマザホン（47.1%）であることが分かった。以下プロチゾラム（25.1%）、ゾルピデム（17.0%）と続いた。

	のべ人数	割合	ベンゾジアゼピン系							非ベンゾジアゼピン系			その他		抗ヒスタミンその他	
			トリアゾラム	プロチゾラム	リルマザホン	ベンザリン	ロヒプノール	ユーロジン	ドラール	アモバン	ゾルピデム	ルネスタ	ロゼレム	ベルソムラ	アタラックスP	その他
外科	1574	100	0.25413	0.444727	94.5362	0.063532	0	0.063532	0	0	0.317662	0.25413	0	0	2.541296	0
眼科	1262	100	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
血内	352	100	0	3.693182	69.31818	0	0	0.284091	0	0	22.15909	0.852273	0	0	0.568182	0
呼外	561	100	1.604278	76.47059	1.782531	0.178253	0	0.178253	0	0.178253	12.83422	0	0.178253	0	4.278075	0
呼内	865	100	0.462428	3.00578	41.84971	6.358382	0	0	0.231214	0.115607	32.83237	3.00578	0.115607	0.231214	9.132948	0
産婦	521	100	0.383877	0.383877	0.767754	0	0	0	0	0	94.62572	0	0	0	2.879079	0
歯科	67	100	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0
集中	12	100	0	8.333333	75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
腎内	1028	100	0.583658	35.89494	9.046693	8.463035	0	0.097276	0	0	11.18677	7.684825	0.097276	0.097276	0.097276	0
消内	3230	100	0.154799	54.58204	27.36842	0	0.06192	0	0	2.167183	11.36223	0	0	0	4.148607	0
心外	322	100	0.310559	52.79503	0	0.621118	0	0	0	0	0.621118	43.1677	0	0	0	0
心内	1	100	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
神救	106	100	0	97.16981	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
神内	51	100	0	3.921569	1.960784	0	0	0	0	0	82.35294	0	0	0	0	0
腎内	354	100	1.129944	1.694915	0.564972	0	0	0	0	0	96.0452	0	0	0	0.282486	0
整形	887	100	0.338219	0.11274	72.82976	0.338219	0.11274	0	0	0	24.01353	1.803833	0	0	0	0
泌尿	970	100	0	0.103093	85.97938	0	0	0	0	0.206186	13.60825	0	0	0	0.103093	0
婦内	441	100	0.680272	0.226757	48.29932	0.453515	0	0	0	0	1.360544	0	0	0.453515	47.39229	0
乳腺	300	100	0	0	78.66667	0	0	0.333333	0	0	20	0	0	0	0	0
脳外	474	100	0.21097	98.94515	0.21097	0	0	0	0	0	0	0	0.21097	0.21097	0	0
皮膚	46	100	0	2.173913	95.65217	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
放科	12	100	0	33.33333	0	0	0	0	0	16.66667	25	0	0	0	0	0
	のべ人数	割合	ベンゾジアゼピン系							非ベンゾジアゼピン系			その他		抗ヒスタミンその他	
			トリアゾラム	プロチゾラム	リルマザホン	ベンザリン	ロヒプノール	ユーロジン	ドラール	アモバン	ゾルピデム	ルネスタ	ロゼレム	ベルソムラ	アタラックスP	その他
全科	13436	100	0.312593	25.07443	47.13456	1.123846	0.022328	0.037213	0.014885	0.565645	16.96189	1.987199	0.029771	0.044656	3.766002	2.924978
種類ごと	13436				9905						2622			10	506	393
割合		100			73.7198571						19.51473653			0.074426913	0.000377	2.761239

【表 1】

外科	リルマザホン	95%	腎内	ゾルピデム	96%
呼内	リルマザホン	42%	神内	ゾルピデム	96%
糖尿	リルマザホン	48%	産婦	ゾルピデム	95%
血内	リルマザホン	69%	歯科	ゾルピデム	100%
乳腺	リルマザホン	79%			
集中	リルマザホン	75%			
整形	リルマザホン	73%			
泌尿	リルマザホン	286%			
眼科	リルマザホン	100%			
皮膚	リルマザホン	96%			
循環	プロチゾラム	36%			
消内	プロチゾラム	55%			
呼外	プロチゾラム	76%			
心外	プロチゾラム	53%			
脳外	プロチゾラム	99%			
神救	プロチゾラム	97%			
心療	プロチゾラム	100%			
放科	プロチゾラム	33%			

【図 1】



【図 2】

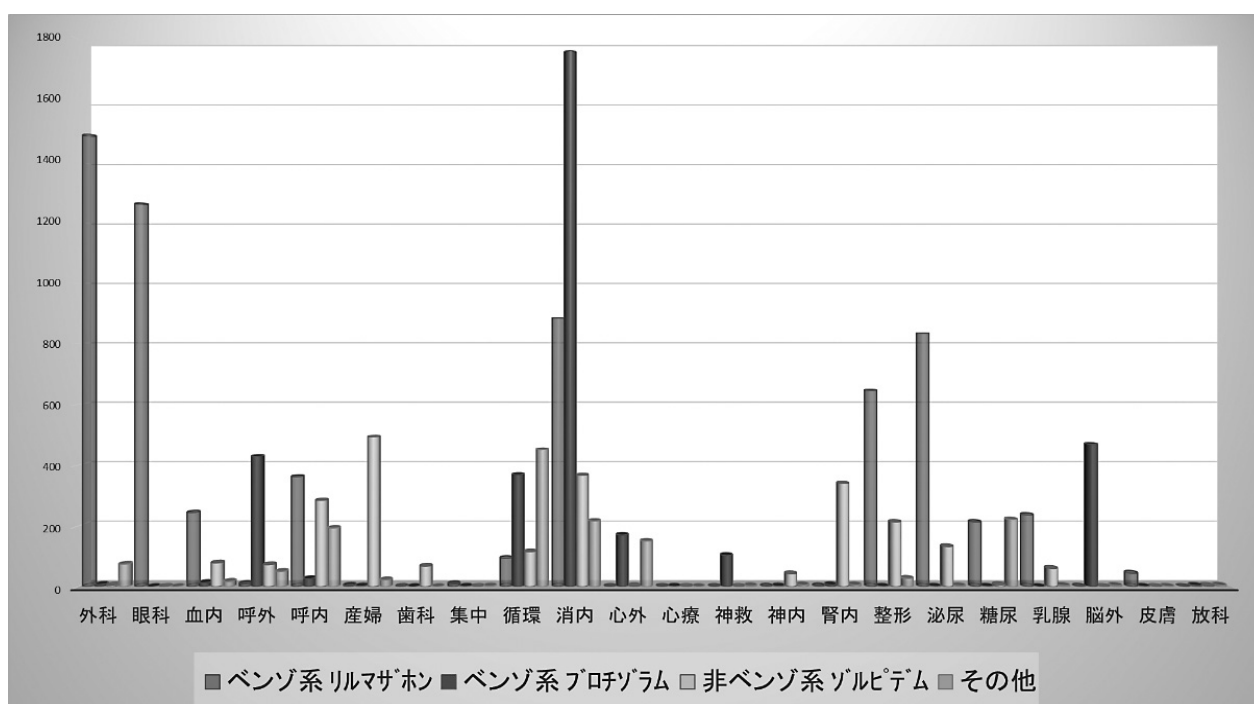
【分析 2】

分析 1 の睡眠薬を「ベンゾジアゼピン系」,
「非ベンゾジアゼピン系」,「新規睡眠薬系」に
振り分け, 各科ごとに選択された不眠時指示の
薬剤が, どの系統かを分析した(表 2). また,
選択された患者の人数を各科別に解析した(図
3, 4).

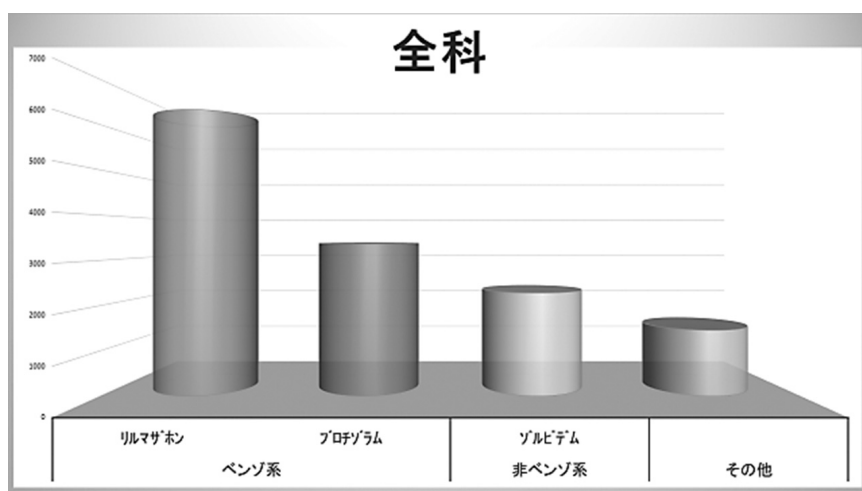
その結果, ベンゾジアゼピン系が用いられる
割合は 72.2%, 非ベンゾジアゼピン系は 17.0%,
新規睡眠薬はほぼ選択されないことが分かった.

	ベンゾ系		非ベンゾ系	その他	合計
	リルマザホン	プロチゾラム	ゾルピデム		
外科	1488	7	5	74	1574
眼科	1262	0	0	0	1262
血内	244	13	78	17	352
呼外	10	429	72	50	561
呼内	362	26	284	193	865
産婦	4	2	493	22	521
歯科	0	0	67	0	67
集中	9	1	0	2	12
循環	93	369	115	451	1028
消内	884	1763	367	216	3230
心外	0	170	2	150	322
心療	0	1	0	0	1
神教	0	103	0	3	106
神内	1	2	42	6	51
腎内	2	6	340	6	354
整形	646	1	213	27	887
泌尿	834	1	132	3	970
糖尿	213	1	6	221	441
乳腺	236	0	60	4	300
脳外	1	469	0	4	474
皮膚	44	1	0	1	46
放科	0	4	3	5	12

【表 2】



【図 3】



【図 4】

考 察

睡眠薬は大きく分けるとベンゾジアゼピン系（以下ベンゾ系）、非ベンゾジアゼピン系（以下非ベンゾ系）、新規睡眠薬に分類される。上記系統はこの順に新しく開発され、副作用が軽減されている。すなわち、ベンゾ系薬剤と比較し、非ベンゾ系薬剤は筋弛緩作用が軽減され、新規睡眠薬はさらに耐性、依存性が軽減されている。睡眠薬は安定な睡眠だけでなく副作用を軽減される上で新しく開発され続けている^{1), 2)}。

新規睡眠薬として現在市場で扱われる薬剤は、メラトニン受容体アゴニストのラメルテオン（ロゼレム[®]）と、オレキシン受容体拮抗薬のベルソムラ[®]があげられる。前者はメラトニンMT 1, MT 2 受容体を刺激し、睡眠覚醒リズムを調整する。一方後者は覚醒に関与するオレキシンの受容体拮抗薬であり、脳の覚醒を抑制させる作用があるという。本研究においては、「指示簿の不眠時」であるため、不眠時の頓用においては後者のベルソムラ[®]を選択すればよいと考える。

当院で頻繁に選択された3薬のうち、上位2つ（リルマザホン、プロチゾラム）はベンゾ系であり、残り（ゾルピデム）は非ベンゾ系である。新規睡眠薬の使用はごくわずかであった。各医師は患者を入院させる際、ルーチンで電子カルテ上の指示簿をセット入力しているため、この傾向が今後大幅に変更されるとは考えにくい。

つまり当院は、随時改善される新規睡眠薬と相反して、従来の睡眠薬を盲目的に用いる傾向があると言える。

結 論

当院の入院時指示で最も頻繁に選択される薬剤はベンゾ系の睡眠薬であることが分かった。しかし、睡眠薬は新しく開発されており、ベンゾ系睡眠薬よりも副作用の少ない薬剤が実際に販売されている。我々は患者を入院させる際に、セットで不眠時指示を入力するのではなく、患者の安眠や看護ケアの負担軽減を考えて適切な選択をすべきである。

従来のベンゾ系薬剤ばかり選択するのではなく、非ベンゾ系の薬剤や新規睡眠薬を選択するようセットの改善を行うべきだ。

指示簿「不眠時」の選択をもう一度見直す必要がある。

本研究では指示簿「不眠時」の選択を調査したのみであるため、実際の睡眠薬の効果については研究の限りではない。

参考文献

- 1) 「睡眠薬の適正な使用と休薬のための診療ガイドライン — 出口を見据えた不眠医療マニュアル —」（厚生労働科学研究・障害者対策総合研究事業「睡眠薬の適正使用及び減量・中止のための診療ガイドラインに関する研究班」および日本睡眠学会・睡眠薬使用ガイドライン作成ワーキンググループ編），2013
- 2) 井上幸代. 抗不安薬と睡眠薬の使い方
ベンゾのべからず7カ条 増刊レジデントノート 2013；15(14)：149-157

Key words ; hypnotics, order books

Selection of sleeping pills for insomniac patients in our hospital

Ryoma Ueda

Medical Intern, Japanese Red Cross Wakayama Medical Center

Abstract

What do you prescribe for insomniac patients? In order to reveal the most preferred sleeping pill, I investigated what kinds of sleeping drugs doctors tend to prescribe first in our hospital, among 13,436 hospitalized patients (total number of people) from April 1, 2015 to January 14, 2016, in 22 departments.

I found that the doctors most frequently selected 'Rilmazafone' (47.1%) and 'Brotizolam' (25.1%) was their second most favorite pill. However, these Benzodiazepine hypnotics have several adverse effects, such as muscular relaxation or tolerance for and dependence on such drugs. We should use less adverse medicines such as Non-Benzodiazepine hypnotics or new type of sleeping pills.

I'd like to say that you should give your patients somnifacients not in your comfortable way but in their comfortable way.