

12.睡眠-覚醒障害群(B52)

•修正日:2018.6.22

•作成者:谷口 秀樹

この分類では、不眠障害と過眠障害の継続期間が1か月から3か月に伸びたのと、ナルコプシーの記述が非常に詳しくなったことが大きな変化で、その他にも、名称や分類の追加／変更がいくつかあります。

①.不眠障害

- 3か月以上、3日／週以上生じる、睡眠困難な症状。
- *睡眠困難とは入眠困難、頻回の覚醒、早朝覚醒をいう。
- *DSM-4では原発性不眠症の名称で、継続期間が1か月以上とされていました。

②.過眠障害

- 3か月以上、3日／週以上生じる、過眠症状。
- *過眠症状とは、繰り返しの睡眠があつたり、長時間睡眠後の回復感がなかったり、急な覚醒後に覚醒を維持することが困難な状態をいう。
- *DSM-4では原発性過眠症の名称で、継続期間が1か月以上とされていました。

③.ナルコプシー

- 過去3か月以内に3回／週以上生じる睡眠発作(抑えがたい睡眠欲求や入眠)の反復があり、以下の症状が1つ以上存在する。
- *DSM-4に比べると、非常に記述が詳細になっています。
- (1)情動脱力発作
 - 長期罹患患者:意識を維持しながら、突然の両側性の筋緊張消失の短い(数秒～数分)エピソードが、笑いや冗談によって引き起こされる。
 - 子どもや発症6か月以内:明確な情動の引き金が無くても、不随意的にしかめ面をしたり、顎を開けるエピソードがあり、舌の突出や全身の筋緊張低下を伴う。
- (2)ヒポクラチンの欠乏:脳脊髄液のヒポクラチン-1の免疫活性値に測定される値が健常者の1/3または110pg/ml以下。
- (3)10分睡眠潜時(入眠から10分睡眠までの時間)が、夜間ポリグラフで15分以内。

④.呼吸関連睡眠障害群

- *DSM-4では、呼吸関連睡眠障害および概日リズム睡眠障害と記述されていた障害群が一つの分類となったもので、以下の4つの障害があります。
- 閉塞性睡眠時無呼吸低呼吸
 - ポリグラフで5回／hrの閉塞性無呼吸または低呼吸があり、いびきなどの呼吸障害症状か日中の眠気、疲労感などの随伴症状がある。ただし、ポリグラフで無呼吸または低呼吸が15回／hr以上の場合は、随伴症状が無くても該当する。

- **中枢性睡眠時無呼吸**

- ポリソムノグラフィで 5 回/hr の中枢性無呼吸がある。

- **睡眠関連低換気**

- ポリソムノグラフィで二酸化炭素値の上昇と関連する呼吸減少のエピソードが認められる。

- **概日リズム睡眠-覚醒障害群**

- 概日機序の変化、または内因性概日リズムと社会的、職業的環境から要請される睡眠-覚醒スケジュールの不整合による、持続性または反復性の睡眠分断により、過剰な眠気や不眠が生じている。

⑤. **睡眠時随伴症群**

* DSM-4 では、**睡眠時随伴症群**と**特定不能の睡眠異常**に分類されていた障害をまとめて分類した障害群です。

- **ナルム睡眠からの覚醒障害**

- 主要睡眠時間帯の最初の 1/3 に、以下の**いずれかの症状**を伴う**睡眠からの不完全な覚醒エピソード**が反復し、夢の映像をほとんど想起できず、エピソードに関する健忘がある。

- **睡眠時遊行症型**:睡眠中に、うつろな表情で歩き回り、覚醒させるのが困難な、いわゆる**夢遊病**。

- **睡眠時驚愕症型**:通常は恐怖の叫び声で始まる、睡眠からの**突然驚愕覚醒エピソード**の反復。

* DSM-4 では、**睡眠驚愕障害**と**睡眠時遊行症**に分けて記述されていました。

- **悪夢障害**

- 一般には主要睡眠時間の後半に、長引き、非常に不快で、詳細に想起できる、恐怖を感じる夢が反復して生じるが、覚醒後は見当識と意識を保つ。

* DSM-4 からの変更は、ほぼありません。

- **ナルム睡眠行動障害**

- ナルム睡眠中に生じる、発声や複雑な行動を伴う覚醒エピソードの反復で、以下のいずれかに当てはまり、覚醒後は敏感で混乱や見当識はない。

- ポリソムノグラフィ記録に、筋緊張消失を伴わないナルム睡眠がある。

- ナルム睡眠行動障害を示唆する既往歴があり、ナルム症の診断が確定している。

* DSM-5 ではじめて記述された障害です。

* ナルム症とは、 α -ナルムの蓄積によって生じるパーキンソン病などを言い、 α -ナルムとは、はじめは、そのタパクの断片が、アルツハイマー病のアミロイド中の成分として発見されたということです。

- **レストレスレッグス症候群(むずむず脚症候群)**

- **3 か月以上、3 日/週以上**生じる、落ち着かない不快な下肢の感覚を伴う、**脚を動かしたいという強い欲求**で、その欲求は、安静時と夕方以降に増悪し、運動することで改善される。

* DSM-4 では、特定不能の睡眠異常の例として記述されていました。

以上