

睡眠に関するトピック

【むずむず脚症候群】

【表1】むずむず脚症候群のチェックリスト

- 脚を動かしたいという強い欲求が、不快な下肢の異常感覚に伴って、あるいは異常感覚が原因となって起こる
- 異常感覚が、静かに横になったり座ったりしている状態で始まる、または増悪する
- 異常感覚が運動によって改善する
- 異常感覚が、日中より夕方・夜間に増悪する

むずむず症候群は、不眠の原因として注目されている病気の1つです。治療薬ができたことで最近テレビのニュースでも取り上げられ、研究が進んでいます。

隠れた不眠の原因に

むずむず脚症候群（レストレスレッグス症候群）は、欧米ではよくある病気ですが、日本では見過ごされている可能性があります。欧米では40〜60%に家族内発症がみられますが、日本ではよく分かっています。表1の4つをすべて満たす人はむずむず脚症候群が疑われるため、神経内科専門医に相談しましょう。

基礎の病気まず治療

脳内の鉄分が低下している患者がいることが分かっていますが、すべての患者に当てはまるわけではありません。腎不全で透析をし

ている人や妊娠時に起きることはよく知られています。原因となる基礎の病気と、誘因となる嗜好品や薬物を表2に示します。基礎の病気があれば、その病気が

【表2】むずむず脚症候群を起こす原因

- 特異性
- 二次性
 - 鉄欠乏
 - 末期腎不全(透析)
 - 妊娠(後期)
 - リウマチ性疾患
 - 神経疾患:末梢神経障害、脊髄障害、パーキンソン病
- 外的要因
 - 嗜好品:ニコチン、カフェイン、アルコール
 - 薬物:抗うつ薬、抗ヒスタミン薬、抗精神病薬、リチウム

の治療をまずしなければなりません。パーキンソン病治療に使用されるドーパミンアゴニストの少量投与が有効であることから、脳内のドーパミン欠乏との関連が想定されます。

パーキンソン病治療薬が有効

治療を必要としないこともあり

ますが、じっとしていることが困難な場合や、睡眠障害を生じている場合には、ドーパミンアゴニストの使用が有効で、治療の対象になります。使用量はパーキンソン病と比べて、10分の1程度です。使用を続けていると効果が減退することもあります。多すぎると副作用が出るため、神経内科専門医による治療をおすすめします。