

## マニュアル作成 / 不眠症-睡眠薬に関する研究

研究分担者 高江洲義和 杏林大学医学部精神神経科学教室 講師

研究協力者 栗山健一 国立神経精神医療研究センター  
岡島義 東京家政大学  
小島居望 久留米大学  
鈴木正泰 日本大学  
山下英尚 広島大学  
竹島正浩 秋田大学  
志村哲祥 東京医科大学  
内海智博 東京慈恵会医科大学

### 研究要旨

「向精神薬の処方実態の解明と適正処方を実践するための薬物療法ガイドラインに関する研究」（2017～2018年度厚生労働科学研究費補助金（障害者政策総合研究事業））で作成した精神科薬物療法の出口戦略に関するガイドラインは、科学的根拠に基づくものであるが、実臨床においては、多様な患者に適用しにくいという課題があった。また、現在の医療においては患者中心志向性が求められており、エビデンスを基に患者自身が選択を行えるように、援助する必要がある。そこで、本研究では、睡眠薬を服用中の不眠症患者を対象として、睡眠薬の休薬を考えた場合の意思決定を支援する共同意思決定（Shared decision making: SDM）の患者向け補助資材である Decision Aids(DA)を作成することを研究の目的とした。出口戦略に関するガイドライン作成の際に行ったエビデンスレビューの結果を用いて、睡眠薬の減量・中止方法について検討した。本 DA においては睡眠薬の漸減法と、それに加えて認知行動療法を併用する選択肢について、患者と医療者が SDM を実施するための支援を行う。

今後は、作成した DA の素案を基に、医療者及び患者を対象とした使用感調査を行う予定である。

#### A．研究目的

「向精神薬の処方実態の解明と適正処方を実践するための薬物療法ガイドラインに関する研究」（2017～2018年度厚生労働科学研究費補助金（障害者政策総合研究事業））で作成した精神科薬物療法の出口戦略に関するガイドラインは、科学的根拠に基づくものであるが、実臨床においては、多様な患者に適用しにくいという課題があった。また、現在の医療においては患者中心志向性が求められており、エビデンスを基に患者自身が

選択を行えるように、援助する必要がある。そこで、本研究では、睡眠薬を服用中の不眠症患者を対象として、減薬を考えた場合の意思決定を支援する Decision Aids(DA)を作成することを研究の目的とした。

#### B．研究方法

出口戦略に関するガイドライン作成の際に行ったエビデンスレビューの結果を用いて、睡眠薬の減量・中止方法について検討した。本 DA にお

いては睡眠薬の漸減法と、それに加えて認知行動療法を併用する選択肢について、患者と医療者がSDMを実施するための支援を行う。作成したDAの素案を基に、医療者及び患者を対象とした使用感調査を行う予定である。

#### 倫理面への配慮

医療者及び患者を対象とした使用感調査を開始する際には、倫理委員会の審査を受け、その承認のもとに行われる。現在、杏林大学倫理審査委員会の審査中である。

#### C．研究結果

向精神薬出口戦略ガイドラインを基に、当事者に役に立つ治療意思決定支援のためのDecisionAids(DA)の素案を作成した。

意思決定すべき課題としては、睡眠薬の休薬を目指す方法として、睡眠薬の漸減法を用いる方法と、それに加えて認知行動療法を併用する方法を選択肢として提示し、それぞれの利点、欠点を記載した。

それぞれの選択肢を選択した結果については、我々の行ったメタ解析の結果を基に、実数値を記載した。

#### < 参考資料 1 >

#### D．考察

前研究班によって作成された向精神薬の出口戦略ガイドラインを一般市民が使用できるようにDAを作成することを目指した。素案を作成することができたが、このDAを使用することが有用であるのかについては、実地で患者及び医療者に対して使用感を調査する必要がある。

#### E．結論

向精神薬出口戦略ガイドラインを基に、当事者に役に立つ治療意思決定支援のためのDecisionAids(DA)の素案を作成した。今後使用感調査を行う。

#### F．研究発表

高江洲義和「ベンゾジアゼピン受容体作動薬」第115回日本精神神経学会シンポジウム：精神科薬物療法の出口戦略を考える。新潟。2019年6月22日

#### 1. 論文発表

Sleep Med Rev, 2019;48:101214.  
Takaesu Y, Utsumi T, Okajima I, Shimura A, Kotorii N, Kuriyama K, Yamashita H, Suzuki M, Watanabe N, Mishima K. Psychosocial intervention for discontinuing benzodiazepine hypnotics in patients with chronic insomnia: A systematic review and meta-analysis.