

「睡眠薬を飲みすぎると認知症になる」は本当か？ その実例

「眠れないから」が招く深刻な事態



週刊現代 講談社
毎週月曜日発売
プロフィール

いいね!

f シェア 37

ツイート

B! ブックマーク 26

一気に症状が現れる

83歳の父親を持つ、若井みち子さん（60歳、仮名・以下同）が語る。

「父が『夜眠れなくて何度も起きてしまい、つらい』と訴えるので、病院で睡眠薬を出してもらいました。当初は、よく眠れるようになったと父も喜んでいたので……」

若井さんの父親が飲んでいたのは、ベンゾジアゼピン系睡眠薬の**ハルシオン**という非常に効果が鋭い薬だ。



Photo by iStock

「飲み始めて、1年ほど経った頃から異変が出てきました。もともとは快活だったのに、だんだんと笑顔がなくなり、口数も減ってきた。

睡眠薬が抜けきっていないのか、日中もボーッとしがちで、物忘れも激しくなり、突然、怒り出すことも増えました。

睡眠薬をやめさせようかとも考えましたが、薬を飲まないで夜中に暴れ出して手が付けられなくなるため、仕方なく飲ませ続けているのですが……。家族としては、睡眠薬が認知症の引き金になったと思っています」（若井さん）

眠れないからと、つつい軽い気持ちで睡眠薬に手を出したばかりに、認知症を発症する――。

実際、本誌が、医師や薬剤師、介護施設のヘルパー、認知症の親を介護する家族などに取材をしたところ、「睡眠薬を飲んでから認知症になった」という実例が次々と出てきて、その数は優に50を超えた。

詳しい事例を紹介する前に、まずは睡眠薬にどのような種類があるのか確認しよう。

病院で処方される睡眠薬は、大きく2種類に分類される。

一つは、冒頭にも紹介したハルシオン、**ドラール**、**サイレース**などのベンゾジアゼピン系＝「BZ系」。もう一つが、**マイスリー**や**ルネスタ**などの「非BZ系」だ。

BZ系のほうが、効果が強い反面、副作用も強く出やすい。

一方で非BZ系は、効果がマイルドで副作用も少ないが、短時間しか作用しないので、夜中に目が覚める中途覚醒や不眠の場合、効果が得られにくいというデメリットがある。そのため、手っ取り早いBZ系を処方する医師も少なくない。

BZ系の抗不安薬・デパスやソラナックスなどを睡眠薬として、処方されている人もいる。

睡眠薬の使用率は高齢になるほど上昇し、60代では12%、70代で19.2%、80歳以上で24.8%となる。

意外にも女性のほうが使用率が高く、70歳以上の女性では4人に一人が服用している（データは'04年、国立保健医療科学院より。現在はさらに増加している可能性が高い）。

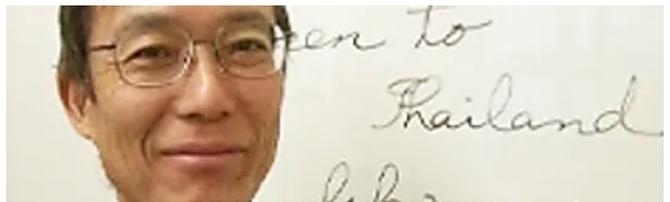
NEXT ▶ 社会的だった人が

- 1
- 2
- 3
- 4
- >

🐦 記事をツイート

f 記事をシェア

B! 記事をブックマーク



定年後に「持ち家を売った」年金暮らし夫婦たち、そのヤバすぎる末路（週刊現代） @moneygendai

「英語は真面目に勉強しないで」81文暗記するだけの英語勉強法

週刊現代

PR (PR) ウェンズデー



年収500万円以上の30代独身男性は「普通の男」じゃないんです（三島 光世）...

「別人」女性ホルモン専門医、老け見え対策法を解説

「化粧してたら消えてた!？」毛穴やデコボコを10秒で、化粧下地の秘密

三島 光世

PR AMC

PR SHIKI LLC



【マンガ】超簡単「科学手品」77発を漫画家が愛娘に実演してみたら（カラ...

グレッタさん演説のウラで、日本メディアが報じない「ヤバすぎる現実」（夫馬...

お腹が減るとシンナーを吸う「中2の少年」の人生を変えた女性の素顔（秋山...

カラスヤサトシ

@moneygendai

秋山 千佳

Smartfeed | ▶



芸能人も成功者続出の「糖質制限」がおすすめ！その理由とは

「5秒のできる愛犬のハミガキ」獣医師が開発したマル秘デンタルケア

怒りを買う「あおられ運転」...帰省ラッシュの高速道路、運転のコツは（工藤...

PR ビタブリッドジャパン on TREND NEWS

PR ライブナビ

工藤 貴宏



韓国・文在寅、いよいよ「最大危機」を迎えているワケ（崔 碩栄）…

 崔 碩栄



堀江貴文さんが語る2020年、「本気で遊び尽くす人」が生き残る（堀江 貴文）…

 堀江 貴文



韓国経済いよいよ崖っぷち、国民はついに「我慢の限界」を迎えた（真壁…

 真壁 昭夫

 Smartfeed | ▶



愛知県の不動産／すごい売却額

イエウル