



2020.01.03 # 週刊現代 # 医療・健康・食

「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 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

風邪薬と併用したために

一方で、睡眠薬と他の薬との飲み合わせにより、急激に認知症が進行した事例も見つかった。

弁護士で将棋が趣味の太田誠二さん（86歳）は、中途覚醒などの睡眠障害があったため、BZ系の抗不安薬の**リーゼ**を服用。

常用せずに、眠れない時だけ飲むようにして、比較的薬とうまく付き合っていた。ところが、「ある薬」と一緒に飲んだことで、一気に認知症が進行してしまう。

太田さんの息子（60歳）が明かす。

「父が風邪をひいたので、市販の風邪薬を飲ませたのです。その後、よく寝るために抗不安薬を飲んで眠りにつきました。

するとその夜、父の様子がおかしくなったのです。突然起き出して『将棋の免状を誰かに盗まれた』と言ってベランダを探し始めた。でも、翌日そのことを問いただすとまったく覚えてないんです。

それ以来、親しい友人に対して『どちら様ですか？』と聞くなど、認識能力が衰えていきました」

前出の大蔵氏は、「風邪薬に含まれる抗ヒスタミンと、抗不安薬の両方が脳に作用してしまった可能性が高い」と言う。

風邪薬には、抗コリン作用があり、脳神経（アセチルコリン作動性神経）の働きを抑制し、認知症を引き起こすことが、研究で明らかになっている。そこに睡眠薬や抗不安薬と一緒に飲むと、副作用が増強されてしまう。



Photo by iStock

「抗ヒスタミンは風邪薬だけでなく、アレルギー性鼻炎薬（花粉症薬）にも含まれています。鼻炎の薬を飲むと眠気が強くなりますが、睡眠薬と併用すると脳に悪影響を及ぼして、認知症が進行する可能性は十分あります。咳止めに含まれるコデインも、睡眠薬と併用してはいけません」（前出・大蔵氏）

このように、飲み合わせが悪いと、それまで普通だったのに、突然認知症を発症する事例を多くの医師たちが目の当たりにしていた。

「急に睡眠薬をやめると離脱症状（自殺願望など）が出ることがあるので、難しいところですが、できるだけ作用の弱い薬に切り替えて、減薬するのが望ましいです。

最近では**ロゼレム**（メラトニン受容体作動薬）、**ベルソムラ**（オレキシン受容体拮抗薬）など体内時計のリズムを整え、ゆっくりと睡眠を促す薬も開発されているので、早いうちに医師に相談してほしい」（前出・朝田氏）

そもそも高齢になれば、若い頃のように眠れなくなるもの。それに薬を使って抗うのではなく、自然の摂理だと割り切れればいい。眠れないからとつい、睡眠薬を使って認知症になってしまつては、幸せな老後は遠のくばかりだ。

「週刊現代」2019年12月7日・14日合併号より



広告



手術と入院は「した後」こそが恐ろしい…病院での痛ましすぎる実例（週刊現代） @gendai_biz



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

PR (PR) ビタブリッドジャパン on TREND NEWS

週刊現代



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…



「ヨーグルトやめました」新たな腸の健康裏ワザ、有名医師が注目

@moneygendai



秋山 千佳



PR フローラ健康科学研究所



「こっそり減量する人続出」製薬会社の和菓子が凄い

PR KOWA on lemonsider



【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...

カラスヤサトシ



借金経験がある司法書士が語る、得する人損する人

PR 司法書士法人中央事務所

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



あなたの彼はどのタイプ？「お金の使い方」でわかる男の本性（水希）...

@moneygendai



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）...

三島 光世

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...

週刊現代



ユーザーにアプリを継続的に利用してもらうリテンション施策

PR Salesforce on MarkeZine



コンビニ最強から一転、セブン・イレブンの「劣化」が止まらないワケ（大原...

大原 浩

Smartfeed | ▶

Smartfeed | ▶



愛知県のマイホーム／すごい売却額

イエワール