

## あなたの不眠症は本当に不眠症？

今日からできるベンゾジアゼピンの依存予防(後編)

2021年4月11日 佐々江龍一郎(NTT東日本関東病院総合診療科部長兼国際室室長)

ツイート

※「今日からできるベンゾジアゼピンの依存予防(前編)」はこちら。高齢者にベンゾジアゼピンを処方する際には、必ず「弊害と便益を慎重に天秤にかける」ことが患者を依存から守ることにつながります。高齢者では年齢とともに健康な高齢者の方でも睡眠が浅くなり、中途覚醒や早朝覚醒が増加し、なんと80代では約3人に1人が不眠だと感じるようになります。また睡眠時間にも個人差があります。日本人の睡眠時間は全年齢の平均では7時間程度ですが、3時間ほどの睡眠で間に合っている人もいれば、10時間ほど眠らないと寝足りない人...

この記事は会員限定コンテンツです。  
ログイン、または会員登録いただくと、続きをご覧いただけます。

次の記事 ↓

佐々江龍一郎の「英国GP、日本に戻る」に関する記事(一覧)

- ▶ あなたの不眠症は本当に不眠症？ 2021/4/11
- ▶ 「患者が他院に移ってしまう」は本当か？ 2021/4/3
- ▶ 患者からのコロナワクチン相談はどう対処？ 2021/2/21
- ▶ “戦時中”の英国、史上最大のワクチン作戦が始動 2021/1/30
- ▶ 「褒めること」をためらう日本の医療文化 2020/12/20
- ▶ 「地図」より「航海」を～医学教育に携わる方々へ 2020/11/21
- ▶ 「海外医学部卒医師は使えない」から発想の転換必要 2020/10/24
- ▶ 日本の新型コロナ対策は「結果オーライ」？ 2020/9/12
- ▶ 「念のため」のCT～「本当に必要ですか？」 2020/8/2
- ▶ オーストラリア人GPIに日本のコロナ対策について聞いてみた 2020/7/4
- ▶ 日本で直面した処方をめぐる「3つの壁」 2020/3/8
- ▶ あなたの境界型糖尿病患者の予防介入は効果的？ 2020/1/19
- ▶ 日本での風邪診療の「カルチャーショック」 2019/12/15
- ▶ 外国人患者は「めんどくさい?」、医療にも自己表現を 2019/11/17
- ▶ 薬のフォーミュラーで医療の標準化を 2019/10/14
- ▶ 医療は「権利」とそれとも「覚悟なもの」？ 2019/9/15
- ▶ NICEガイドライン、英国の医療、国民、医療政策にまで浸透 2019/8/12
- ▶ 「医療だけに依存しない英国国民、平等から公平な医療へ」 2019/6/22
- ▶ 英国GPを感じる「患者中心の医療」が必要な理由 2019/6/8
- ▶ 「病気でなく患者を治療しろ」人生に関わる英国GP 2019/3/2

バックナンバー(一覧)

- ▶ 元厚生官僚・千正康裕が解き明かす医師の働き方改革
- ▶ 市川衛の「使える！医療情報の『伝え方』」
- ▶ ドイツ現地便り(COVID-19)
- ▶ ロンドン現地便り(COVID-19)
- ▶ フランス現地便り(COVID-19)
- ▶ 国際医療NGOジャパンハート―途上国医療の現場から―
- ▶ 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)関連情報
- ▶ 北原大翔の「モテたい心臓外科医、米国へ渡る」
- ▶ 乳腺外科医療強制わいせつ逮捕・起訴事件
- ▶ ピースウィンズ・ジャパン～災害医療の現場から～
- ▶ 永井弥生の「コンフリクト」から医療を視る
- ▶ 弁護士が解説！「医療×法律」の基礎
- ▶ フランス現地便り(COVID-19)
- ▶ ノーベル医学・生理学賞
- ▶ 桑木晋の「急成長した医療グループの創業者と時間、経験を共有して」
- ▶ 佐々江龍一郎の「英国GP、日本に戻る」
- ▶ 神田橋宏治の「医師、ときどき社長」
- ▶ 医師1年目・佐野十二の「研修医っていいな」
- ▶ 山田瑛文の「社会人から医師へのチャレンジ」
- ▶ NCDで医療現場はどう変わったか？

m3.comを検索	
キーワードを含む記事を検索	
検索ワードを入力	🔍
注目キーワード	
院内薬局	
JACME	
内科認定医	
心房細動	
熱中症	
外来管理加算	
脳梗塞	
結核	
甲状腺機能低下症	
精神保健指定医	
特定看護師	
開業医年収	
チーム医療	
問診	
医局	
内科専門医制度	
大野病院事件	
カテーテルアブレーション	
医事紛争	
エクア	
リネゾリド	
JCHO	
高カルシウム血症	
サイトテック	
ハーボニー配合錠	
水銀血圧計	
抗コリン剤	
大動脈蛇行	
処方せん	
C型肝炎	