



リスミー（塩酸リルマザホン）

— こころみ医学

心療内科の薬剤

リスミー（塩酸リルマザホン）

リスミー（塩酸リルマザホン）の効果と副作用

更新日：2021年01月08日 23:13 / 作成日：2019年05月16日 16:27



» お薬に頼らない磁気を使ったTMS治療のご紹介

● リスミー（塩酸リルマザホン）とは？

リスミー（一般名：塩酸リルマザホン）は、短時間型ベンゾジアゼピン系に分類される睡眠薬になります。

リスミーは、体の中で代謝されることで4つの物質に変わります。それらが効果を発揮するようにできていて、プロドラックと呼ばれます。

リスミーは作用がマイルドなお薬で、短時間型の睡眠薬のなかでは作用時間が長いお薬です。このため、穏やかに睡眠をサポートする場合に幅広く使われることがあります。

このためリスミーは、

- 入眠障害



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

なして、こころみ医学睡眠薬に変わります。

リスミー錠は発売からしばらくたっており、ジェネリック医薬品として塩酸リルマザホン錠が発売となっています。

● リスミーの睡眠薬での位置づけ

リスミーの睡眠薬の中での位置づけをみていきましょう。

睡眠薬は、その作用メカニズムの違いから2つに分けることができます。

- 脳の機能を低下させる睡眠薬
- 自然な眠気を強くする睡眠薬

リスミーは、脳の機能を低下させる睡眠薬になります。

覚醒に働いている神経活動を抑えることで、眠気を促していきます。「疲れきって眠ってしまうとき」に近い状態を作り出し、眠りを促します。ただ、リスミーはマイルドなお薬ではあるため、そこまで強引さはありません。

一方で、自然な眠気を強くする睡眠薬も発売されています。私たちの睡眠・覚醒の周期に関係する生理的な物質の働きを調整し、睡眠状態に仕向けていくお薬です。本来の眠気を強める形ですので、効果が人によっても異なります。

リスミーなどの脳の機能を低下させるタイプのお薬は、ある程度の効果や副作用が計算できるというメリットがあります。このため、

から睡眠薬を選んでいきます。

リスミーは強さとしてはマイルドですが、作用時間は睡眠時間の全体をカバーしています。リスミーと同程度の作用時間である睡眠薬としては、以下のようなものがあります。

- デパス（一般名：エチゾラム）
- レンドルミン（一般名：プロチゾラム）
- エバミール/ロラメット（一般名：ロルメタゼパム）
- サイレース/ロヒプノール（一般名：フルニトラゼパム）

● リスミーの特徴

<メリット>

- 即効性が期待できる
- 入眠障害に有効
- 中途覚醒や早朝覚醒にも有効
- 穏やか効き方
- 処方制限がない
- ジェネリックが発売されている（薬価がリーズナブル）

<デメリット>

- 効果がマイルド
- 眠気（翌朝への持ち越し）の副作用が生じることがある

それではリスミーの特徴を、

1. 効果
2. 副作用
3. 剤形と薬価

に分けてみていきましょう。

— リスミーの効果

リスミーは、脳の機能を低下させることで睡眠を促す睡眠薬になります。このような睡眠薬は、

- ある程度効果が計算できる
- 依存性に気をつける必要がある

という特徴があります。

その中でもリスミーの特徴は、

- ベンゾジアゼピン系であること
- 睡眠時間の全体をカバーする作用時間
- 4つの活性代謝産物が合わせて効果を発揮する

ことが挙げられます。

リスミーはベンゾジアゼピン系睡眠薬に分類されていて、睡眠薬としての働きのほかに、筋弛緩作用や抗不安



果が期待できます。

ただし、効果の強さがややマイルドになってしまいます。リスミーは4つの活性代謝産物の合わせた効果になります。作用時間の短いものから長いものまであり、キレが良くありません。そして効果が出てくるまでにやや時間がかかり、それが自然な眠気に近いと感じる方もいらっしゃいます。

— リスミーの副作用

作用の穏やかさを反映して、リスミーの副作用もマイルドになります。とはいえ、**「眠気の持ち越し」と「ふらつき」**などが認められることはあります。

リスミーは作用時間としては睡眠時間の全体をカバーしてくれるのですが、朝方に残ってしまうと効果が持続してしまいます。このためリスミーの効果が翌日に持ち越してしまい、朝方に眠気が残ってしまうこともあります。

またリスミーには、軽度の筋弛緩作用があります。このため高齢者などでは、夜中にふらつきがでてしまうこともあります。また、睡眠中にのどの筋肉が弛緩して空気の通り道である気道を狭めてしまい、睡眠時無呼吸が悪化してしまうこともあります。

また高齢者では、せん妄を生じやすくしてしまうことがわかっています。せん妄とは、一時的に意識が混濁して興奮してしまい、異常行動などをとってしまう状態です。昼夜リズムが乱れたり、睡眠障害もせん妄の原因となりますが、ベンゾジアゼピン系睡眠薬はせん妄を悪化・誘発することがわかっています。

またリスミーは、長期にわたって服用していると依存してしまうことがあります。常用量依存といって量が増えていくわけではありませんが、減らそうとすると不眠に



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

こころみ医学

- 眠気（1.48%）
- ふらつき（0.65%）
- 倦怠感（0.55%）
- 口渇（0.50%）
- 頭重感（0.45%）

となっています。（承認時及び使用成績調査での調査症例13,895例）

— リスミーの剤形と薬価

リスミーのお薬としての特徴についてみていきましょう。

先発品としては、

- リスミー1mg錠
- リスミー2mg錠

の2剤形が発売となっています。

ジェネリック医薬品も発売されており、薬価がリーズナブルになっています。薬価についてみましょう。

- 1mg錠：16.1円（ジェネリック：9.7円）
- 2mg錠：25.4円（ジェネリック：15.4円）
※2018年4月現在の薬価になります。ジェネリックは薬価が会社によって幅がありますが、もっとも多くの会社の薬価になります。

- リスミー（塩酸リルマザホン）とは？
- リスミーの睡眠薬での位置づけ
- リスミーの特徴
- リスミーの用法と作用時間
- リスミーと他剤の作用時間と強さの比較
- リスミーの副作用の対処法
- リスミーの反跳性不眠（離脱症状）と減薬方法



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

● リスミーの用法と作用時間

リスミーの用法は、以下のようになっています。

- 開始用量：1mg
- 用法：1日1回就寝前
- 最高用量：2mg

リスミーは1mgから開始し、1mg～2mgの間で使っていくのが一般的です。添付文章には、「症状や年齢により適宜増減するが、高齢者では2mgを超えないこと」とされています。

この表現では2mg以上処方が可能にも思えますが、リスミーで効果不十分な場合は、より作用の強い睡眠薬に切り替えることが多いです。

リスミーは、基本的には空腹時で効果を発揮するように作られているお薬になります。リスミーは健忘の副作用があるため、就寝直前に服用するようにしてください。

リスミーは少しずつ効果が出てきて、眠りに導いてくれるように効果がでています。作用時間としては睡眠時間全体をカバーしてくれるため、入眠障害だけでなく中途覚醒や早朝覚醒にも効果が期待できます。

— 【参考】リスミーの半減期

お薬の効き方を見ていくにあたっては、

- 半減期：血中濃度が半分になるまでの時間

- リスミー錠のジェネリック医薬品（塩酸リルマザホン錠）

- 【参考】リスミーの作用機序



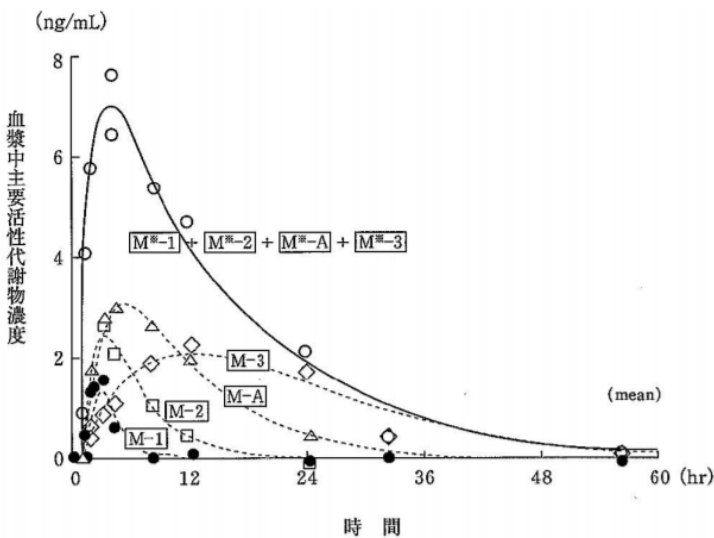
 元住吉こころみクリニック MOTOSUMIYOSHI COCOROMI CLINIC		Web問診		ネット予約	アクセス	診療時間
当クリニックにつ	内科	心療内科	その他のサービス	受診方法	ニュース	こころみ医学

リスミーは、

- 半減期（T1/2）：10.5時間
- 最高血中濃度到達時間（Tmax）：3時間

となっています。

リスミーは4つの主だった活性代謝産物が合わさって効果が発揮されます。



このように作用時間が短いものから長いものまで、様々な代謝産物が作用します。リスミーの服用後、ほどなく効果のピークがきて、体からゆっくりと抜けています。

【参考】リスミーとアルコール（お酒）

リスミーの添付文章では、

中枢神経抑制作用が増強されることがあるので、併用しないことが望ましい。やむを得ず併用する場合には慎重に投与すること。



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

こころみ医学

しすぎてしまいます。

このためリスミーとアルコールを併用すると、

- 薬やお酒が効きやすくなる
- 効果が不安定になる

といったことに気をつける必要があります。

リスミーもアルコールも、どちらも肝臓で分解されます。このためお薬の効果が翌朝までのこってしまったり、意識が中途半端になることでの健忘やせん妄が起こりやすくなることがあります。また、アルコールに酔いやすくなることにも注意が必要です。

そして飲酒習慣があると、肝臓の機能が変化していきます。このためお薬の血中濃度が不安定になり、効果も不安定になります。

そしてリスミーとアルコールを併用することでの最大の問題は、

- 双方に依存しやすくなってしまう

という点になります。

睡眠薬のリスミーとアルコールは、近い作用があります。このため、リスミーもアルコールもすぐに身体に慣れてしまい、効果が悪くなってしまいます。このことを耐性といい、同じ量では効かなくなってしまう。

体からお薬やアルコールが抜けると心身の不調が認められて、精神的にも依存してしまいます。このように、心身に依存が形成されてしまいます。



当クリニックにつ	内科	心療内科	その他のサービス	受診方法	ニュース	こころみ医学
----------	----	------	----------	------	------	--------

用時間は2～4時間

（ハルシオン＞アモバン＞マイスリー≧ルネスタ）

- 短時間型：効果のピークは1～3時間、作用時間は6～10時間
（レンドルミン≧デパス≧エバミール/ロラメット＞**リスミー**）
- 中間型：効果のピークは1～3時間、作用時間は20～24時間
（サイレース/ロヒプノール＞ベンザリン/ネルボン＞ユーロジン）
- 長時間型：効果のピークは3～5時間、作用時間は24時間～
（ドラール＞ベノジール/ダルメート≧ソメリン）

ベンゾジアゼピン系の中でのリスミーの位置づけ

ベンゾジアゼピン系のうち、リスミーに近い睡眠薬としては、

- デパス（一般名：エチゾラム）
- レンドルミン（一般名：ブロチゾラム）
- エバミール/ロラメット（一般名：ロルメタゼパム）
- サイレース/ロヒプノール（一般名：フルニトラゼパム）

この4種類が挙げられます。

強さで序列をつけると、

- サイレース/ロヒプノール＞レンドルミン≧デパス≧エバミール/ロラメット＞リスミー

元住吉ころみクリニック MOTOSUMIYOSHI COCOROMI CLINIC Web問診 ネット予約 アクセス 診療時間						
当クリニックにつ	内科	心療内科	その他のサービス	受診方法	ニュース	ころみ医学

エバミール/ロラメットは肝臓への負担が非常に少なく、高齢者や肝機能障害の方に使いやすいお薬です。サイレース/ロヒプノールは、現在発売されている睡眠薬の中でも、最も強い睡眠薬といっても過言ではありません。

レンドルミンは、標準的な睡眠薬といえます。デパスは安定剤や肩こりの治療薬として使われることも多く、抗不安作用と筋弛緩作用が強いです。

● リスミーの副作用の対処法

睡眠薬では、作用時間によって注意すべき副作用が異なります。

- 作用時間が長い睡眠薬・・・眠気・ふらつき
 - 作用時間が短い睡眠薬・・・健忘・依存性

作用時間が長いということは、薬が身体に少しずつたまっていくことにつながります。睡眠薬の眠気が翌朝に残ってしまったり、筋弛緩作用が日中に働いてしまうことがあります。

それに対して作用時間が短い睡眠薬は、薬が急激に作用するということになります。このため中途半端な覚醒状態となってしまって健忘（物忘れ）が認められたり、お薬の急激な変化に体が慣れようとしてしまうことで、依存が成立してしまうことがあります。

リスミーは作用時間はやや短いお薬ですので、健忘や依存性が認められることがあります。それだけでなく、翌朝に眠気を持ち越してしまったり、ふらつきの副作用も可能性があります。それぞれについて、詳しく見ていきましょう。



元住吉ころみクリニック
MOTOSUMIYOSHI COCOROMI CLINIC

Web問診

ネット予約

アクセス

診療時間

当クリニックにつ	内科	心療内科	その他のサービス	受診方法	ニュース	ころみ医学
----------	----	------	----------	------	------	-------

作用時間が長いお薬ほど、眠気や倦怠感が残りやすくな
ってしまいます。

リスミーの4つの活性代謝産物の中には、効果が比較的長
い成分もあります。このため、翌朝に眠気が残ってしま
うこともあります。とはいえ、リスミー自体はマイル
ドな作用の睡眠薬ですので、眠気が特別多いというわけ
ではありません。

ですが睡眠をとれていても眠気が残るようであれば、リ
スミーによる眠気の翌朝への持ち越しの可能性が高いで
す。

その場合の対処法としては、

- お薬の量を減らす
- 他の睡眠薬に変える

があります。

— リスミーと健忘

睡眠薬を服用した後に、記憶がなくなってしまうという
副作用が生じることがあります。

記憶はなくなっているという怖いかと思いますが、周
囲から見ると普通にいつも通りのあなたの行動をとって
います。友達に電話していたり、お菓子を食べ散らかし
ていたりといったことで、翌朝になってその痕跡をみつ
けてビックリします。

このような「物忘れ」を、「前向性健忘」といいます。
睡眠薬を服用して、それ以降（前向き）の記憶を忘れて
しまうのです。

<https://cocoromi-cl.jp/knowledge/psychiatry-medicine/rilmazafone/about-rilmazafone/>

13/25

 元住吉こころみクリニック MOTOSUMIYOSHI COCOROMI CLINIC			Web問診		ネット予約	アクセス	診療時間
当クリニックにつ	内科	心療内科	その他のサービス	受診方法	ニュース	こころみ医学	

こりやすい副作用になります。リスミーはマイルドに作用するため、健忘の副作用はそこまで多くないですが、認められる可能性はあります。

健忘の対策としては、

- 寝る直前に睡眠薬を服用すること
- 絶対にアルコールと一緒に睡眠薬を飲まない

になります。

それでも認められる場合は、

- 薬の量を減らす
- 作用時間の長い睡眠薬に変更する

このようにしていきます。

— リスミーと依存性

睡眠薬は、長期間服用していると体に慣れてしまいます。そして睡眠薬をやめしまうと不眠が悪化して、やめられなくなってしまうことがあります。

リスミーは作用時間は比較的短く、体に慣れやすい特徴があります。ですが作用自体はそこまで強くないため、依存性が高いとまではいえません。ですが漫然とリスミーを服用していると、依存してしまうことがあります。

リスミーは常用量依存と呼ばれる状態になることが多く、リスミーがないと睡眠が不安定になってしましますが、効かなくなって量が増えていくことは少ないです。



元住吉ころみクリニック

MOTOSUMIYOSHI COCOROMI CLINIC

Web問診

ネット予約

アクセス

診療時間

当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

- 睡眠に良い生活習慣を意識する
- できるだけ少量・短期間で使う
- アルコールと一緒に服用しない

ことがあります。

睡眠薬の依存を心配されている方は少なくありませんが、皆さんが何気なく摂取しているアルコールに比べたらマシです。毎日晚酌を楽しむお父さんがアル中になることはないですし、飲み会のたびに潰れている若者がアル中になるわけではありません。

睡眠薬の用法と用量を守って服用していれば、過度に心配することはありません。

●

リスミーの反跳性不眠（離脱症状）と減薬方法

リスミーは長期間にわたって使っていると、お薬があることに身体に慣れてしまいます。

その結果、お薬としての効果は薄れているのに、薬を減らすと不眠が強まってしまうことがあります。このような状態を反跳性不眠といいます。睡眠薬の離脱症状とも言えます。

「睡眠薬がないと眠れない」と勘違いしてしまうことが多いのですが、薬がやめられないのは反跳性不眠が原因であることも少なくありません。

このような状態になると、睡眠薬の量は増えないけれどもやめられなくなってしまいます。このことを、常用量依存といったりします。

当クリニックにつ

内科

心療内科

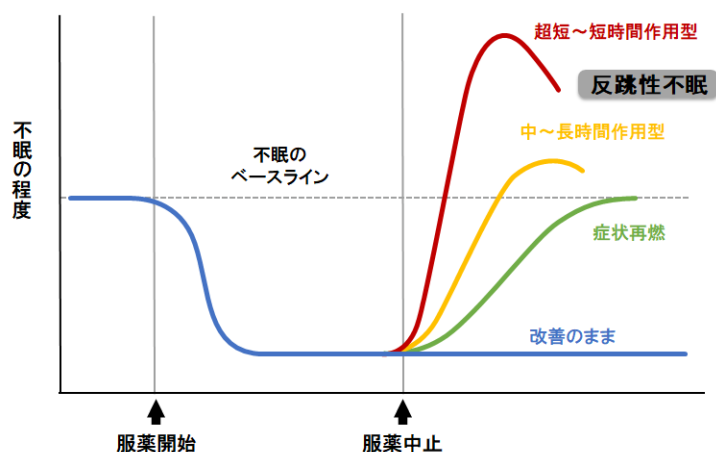
その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

ですが以下の図のように、以前にもまして不眠が強まってしまうこともあり、リスミーをなかなかやめられなくなってしまうことがあります。



このためリスミーは、いきなり中止しないほうが良いです。まずは、

- 少しずつ減量していく

が基本となります。0.5mg～1mgずつ減量していくことが多いです。

自信を失わないことが大切ですので、リスミーを減量して寝付けない場合はベッドで粘ってはいけません。すぐにあきらめて、元の量になるようにお薬を追加で服用して就寝してください。眠れるタイミングをみて、少しずつ減量していきます。

減量が困難なときは、

- 作用時間が長い睡眠薬に変更していく



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

● 睡眠によい生活習慣を心がけることが大切

リスミーを使っていくにあたっては、睡眠習慣を見直すことも重要です。睡眠習慣と合わせて取り組むことで、睡眠薬だけに依存することなく不眠の改善を行っていきましょう。

ここでは特に、睡眠薬の使い方に関係する部分についてお伝えします。不眠で寝付けないとき、多くの方が間違った対処法を行っています。

- お酒に頼る
- なるべく早く寝る

この2つは不眠を悪化させてしまいます。お酒は寝つきを一時的に良くしてくれますが、睡眠の質を落としてしまいます。

また、なるべく早く寝てベッドで粘っている方もいらっしゃいます。ベッドでゴロゴロして眠れない時間を過ごすことは、「なかなか眠れない」という失敗した認知を強めてしまいます。

むしろ睡眠時間は、ギリギリまで絞ってしまったほうがよいです。そして眠れないときは、粘らずに睡眠薬を使ってしまったほうが不眠はよくなります。

睡眠時間を5～6時間にしばってデッドラインを設定し、その時間までは自然な眠気が生じたらベッドに入るようにしていきます。その際にお薬を使っただき、それでも眠れなければ頓服をすぐに使ってください。こ



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

は意識していくことが大切です。詳しく知りたい方は、
[不眠症（睡眠障害）のページ](#)をお読みください。

● リスミーの運転への影響

睡眠薬は、原則的にすべてのお薬が運転や危険作業が禁止となっています。

これは眠気やふらつきなどの副作用が生じる可能性があるためです。そういったリスクがある以上は、製薬会社も「運転禁止」とせざるを得ませんでした。

リスミーの添付文章でも同様に、

本剤の影響により、眠気、注意力・集中力・反射運動能力等の低下が起こることがあるので、本剤投与中の患者には自動車の運転等危険を伴う機械の操作に従事させないように注意すること。
という表現となっています。

しかしながら、不眠のままで運転する方が悪影響があるかもしれませんし、薬を服用したら運転禁止とするべきかは悩ましいところです。運転できないことが、社会生活の妨げになってしまうこともあります。

自己責任にはなりますが、お薬を服用しながら運転されている方もいるのが実情です。ただし、

- はじめて使ったとき
- 他のお薬からの切り替えをしたとき
- 量を増減させているとき
- 体調不良を自覚したとき



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

更を検討してください。

● リスミーの妊娠・授乳への影響

リスミーの妊娠への影響を見ていきましょう。リスミーのお薬の添付文章には、

妊婦（3 ヲ月以内）又は妊娠している可能性のある女性には、治療上の有益性が危険性を上回ると判断される場合にのみ投与すること。
このように記載されています。

妊娠への影響を考えていくにあたっては、

- 奇形をおこしやすいか（催奇形性）
- 薬の成分が胎児に届くことによる影響

を考えていく必要があります。

リスミーなどの睡眠薬はこれまで、口唇口蓋裂のリスクが高くなるといわれていました。しかしながら因果関係がないとする報告もなされており、奇形を引き起こすリスクは低いと考えられています。

リスミーは出産後に気を付ける必要があり、出生直後に赤ちゃんに離脱症状が生じてしまうことがあります。また、赤ちゃんに鎮静作用が強くでてしまい、生まれた後に元気がないこともあります。産科の先生にお伝えしておけば、過度に心配しなくても大丈夫です。

実際に動物実験でも、リスミーの催奇形性は報告されていません。



当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

このように記載されています。

しかしながら授乳についても、明らかなネガティブな報告はありません。母乳で育てることは、赤ちゃんにも非常に良い影響があるといわれています。

生後まもなくは頻繁に授乳することになるので、睡眠薬は使わない方が多いです。落ち着いてきたら、ご自身の判断で服薬を再開される方もいらっしゃいます。

母乳を通して赤ちゃんにリスミーの成分が伝わってしまうことは、動物実験で確認されています。リスミーを服用しながら母乳で育てていく場合は、赤ちゃんがわずかにリスミーを服用しているのと同じになります。

赤ちゃんにお薬の成分が伝わることで眠気が強まり、哺乳が不十分になることがあります。乳児検診などで赤ちゃんの成長がとまってしまったら、注意していく必要があります。

リスミーの影響を少しでも減らすためには、服用してからの授乳間隔をあけていただく方が良いです。具体的には、服用の直前に母乳を与えてください。

● リスミー錠のジェネリック医薬品 （塩酸リルマザホン錠）

リスミーは、1989年に発売されたお薬になります。

お薬の開発には莫大なお金が必要となるため、発売から10年ほどは成分特許が製薬会社に認められて、独占的に販売することができます。これが先発品になります。

そしてリスミーのジェネリックは、この特許が切れた後に発売となりました。このため、後発品と呼ばれます。

 元住吉ころみクリニック MOTOSUMIYOSHI COCOROMI CLINIC			Web問診	ネット予約	アクセス	診療時間
当クリニックにつ	内科	心療内科	その他のサービス	受診方法	ニュース	ころみ医学

リスミーはそこまで多く処方されているお薬ではないため、ジェネリック医薬品としては1社の発売となっています。先発品と有効成分は同じですが、微妙に違いはあります。というのは、お薬の製造方法や製剤工夫が会社によって異なるためです。

ですがジェネリック医薬品は、先発品と同じように効果を示すための試験をクリアしていて、血中濃度の変化がほぼ同等になるように作られています。

リスミーは即効性を期待するお薬なので、理論的には大きな差がないとしても、効果に違いを感じる方はいらっしゃると思います。その場合はもちろん、先発品を使っていくことも可能です。

●

【参考】リスミーの作用機序

それではリスミーはどのようにして効果を発揮するのでしょうか。その作用メカニズムを詳しくお伝えしたいと思います。

リスミーは、ベンゾジアゼピン系に分類されるお薬です。睡眠薬として現在よく使われているのは、非ベンゾジアゼピン系とベンゾジアゼピン系がありますが、この両者はどちらも基本的には同じメカニズムによって睡眠効果が期待できます。

どちらもGABA-A受容体（ベンゾジアゼピン結合部位）に作用します。それによってGABAの働きが強まり、脳の活動を抑えることで催眠作用をもたらします。

ベンゾジアゼピン結合部位には3つのサブタイプがあり、脳などの中枢神経には $\omega 1$ と $\omega 2$ の2つが中心に分布しています。それらのサブタイプに対して、



元住吉ころみクリニック
MOTOSUMIYOSHI COCOROMI CLINIC

Web問診

ネット予約

アクセス

診療時間

当クリニックにつ

内科

心療内科

その他のサービス

受診方法

ニュース

ころみ医学

として作用するという違いがあります。それぞれのサブタイプは、

- ω 1：催眠作用
- ω 2：筋弛緩作用・抗不安作用

が期待できます。

このためベンゾジアゼピン系は広く作用し、筋弛緩作用や抗不安作用があります。そしてベンゾジアゼピン系のほうが耐性ができやすく（薬が同じ量で効かなくなる）、依存性に注意する必要があります。

【参考】GABAの作用機序と効果

睡眠薬は、GABAの働きを強めることで効果をもたらします。

GABAはリラックスさせる物質として、GABA入りのチョコレートなど食品でもアピールされたりしています。食品やサプリメントとして摂取しての効果はエビデンスは乏しいですが、脳内ではGABAは重要な役割を果たしています。

GABAは神経伝達物質として、脳内での情報の受け渡しをしています。神経細胞の活動を抑える方向に働く、抑制性の伝達物質になります。

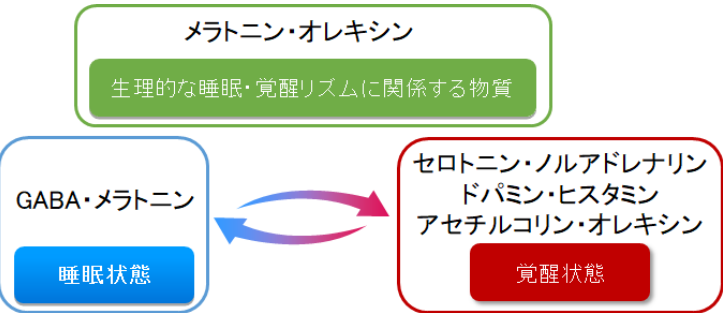
GABA-A受容体には、Cl⁻の通り道（イオンチャネル）があります。GABAはこのCl⁻チャネルを開き、それによって神経細胞の中にCl⁻が入ってきます。マイナスのイオンが入ってくるので、細胞の中が電氣的にマイナスになります。

https://cocoromi-cl.jp/knowledge/psychiatry-medicine/rilmazafone/about-rilmazafone/

22/25

ですからGABAは、Cl-チャネルを開いて神経細胞の興奮を鎮める作用が期待できます。

なお、睡眠と覚醒に関わる物質を整理すると、以下のようになります。



執筆・監修

こちらの記事は、下記の精神科医が執筆・監修しております。



大澤亮太

- ・役職：医療法人社団ころみ理事長/武蔵小杉ころみクリニック院長/産業医グループころみ副代表
- ・資格：精神保健指定医/日本医師会認定産業医/日本医師会認定健康スポーツ医
- ・学会：日本精神神経学会

詳しいプロフィールはこちら »