

不眠の治療も行います。

透析患者さんの場合、高齢の方、透析期間が長い方に不眠が起りやすいといわれています。副甲状腺ホルモンの値が高い場合や貧血がある場合も同様です。不眠が続く場合にはこれらにも注目し、少しでも改善させる努力も必要になるでしょう。むずむず脚症候群を含め、透析が不十分である場合にも不眠が生じやすいため、最近では透析時間を延ばす工夫もなされています。このように、眠りの

ことだけでなく、様々な不快な症状の改善も大切、ということです。

最後に、透析を受けている時に眠ってしまうと、その日の夜に寝つきにくくなる原因にもなります。透析中にできるだけ眠らないようにするのも1つの方法でしょう。午前中に透析を受けている患者さんに不眠症が多いという報告もあるため、透析を夕方にシフトするのも有効かもしれません。

(西村勝治/東京女子医科大学 神経精神科・医師)

むずむず脚症候群

Q2 脚のムズムズや違和感があり、なかなか熟睡できません。翌日の仕事のことを考えると余計眠れなくなります。ジアゼパム[®]とリボトリール[®]というクスリをもらっていますが、効果がありません。他に何か良いクスリはないのでしょうか。(46歳、男性、透析歴10年)

A2 症状から、レストレスレッグス症候群(RLS)と考えます。RLSは、「むずむず脚症候群」あるいは「下肢静止不能症候群」とも呼ばれ、安静時(特に夜間寝ている時)に脚を中心とした異常な感覚と、不快な症状を生じるために睡眠障害を合併します。RLSの病態やメカニズムは、明らかでない点もありますが、①ドパミンを放出する神経の機能障害、②鉄欠乏、③遺伝的素因、の3つが重要と考えられています。透析患者さんにおけるRLSの合併はおおむね20%と頻度が高く、二次性副甲状腺機能亢進症、高カルシウム血症、高リン血症などの影響が指摘されていますが、その原因は明らかではあ

りません。

治療の基本は、まず十分な透析を行うことです。透析時間の延長、血液流量の増加、膜面積の大きい高性能ダイアライザの使用、あるいは血液濾過透析への変更などを行うことによって、透析量を増やし、症状の改善が期待できます。

透析患者さんのRLSにおける鉄欠乏の関与は明らかではありませんが、鉄欠乏が認められる場合は、貧血に関係なく鉄の補充を行うべきと考えます。また、吐き気止めとして頻繁に用いられるメトクロプラミド(プリンペラン[®])などのドパミンの効果を打ち消してしまう作用がある薬剤は、RLSの症状を悪

化させます。

透析患者さんのRLSは、合併症のない特発性RLSに比べて、薬物療法の効果がやや劣ります。クロナゼパム(リボトリール[®])も、古くから使用されていますが、同様です。近年、ドパミンの働きを補うプラミペキソール(ビ・シフロール[®])の有効性が注目され、2010年にRLSの治療薬として認可されました。ただし、腎臓で代謝される薬剤であり、透析による除去も悪いため、透析患者さんに対する投与量は0.25 mgまでと考えます。

副作用としては、おう吐などの消化器症状がありますが、就寝前の服薬で0.125 mg半錠から開始すれば、ほとんど問題なく使用できます。また、効果が不十分な場合は、クロナゼパムと併用すると効果の上乗せが期待できます。最近、新たなRLS治療薬として認可されたガバペンチンエナカルビル(レグナイト[®])は、残念ながら透析患者さんには使用できません。

(松村治/蒼龍会 武蔵嵐山病院・医師)

クスリ(かゆみ)

Q3 床に就くと皮膚のかゆみでなかなか寝つけません。最近“レミッチ[®]”というかゆみをおさえるクスリを服用しています。クスリを開始してから寝つきがさらに悪くなったような気がしますが、副作用の可能性はありますか。(64歳、男性、透析歴13年)

A3 皮膚のかゆみでなかなか寝つけないのはおつらいですね。今回、本誌編集委員・編集同人の先生方が、約380名の透析患者さんからご協力を得て調べた結果、かゆみの程度がひどくなると不眠症の可能性のある患者さんの割合が大きくなること示されました(16ページをご参照ください)。良い睡眠を得るためには、かゆみを上手にコントロールする必要があります。しかし、透析患者さんのかゆみは、従来の抗ヒスタミン薬や抗アレルギー薬などのかゆみ止めでは改善されないことも多いようです。

報告¹⁾によると、透析患者さんのかゆみの

原因はいろいろあって、尿毒症物質やカルシウム・リンなどの蓄積、かゆみを伝える物質の生産過剰、皮膚の乾燥によるかゆみ感受性の高まり、内因性オピオイド系のバランスの異常などがあげられています。内因性オピオイド系は聞きなれない言葉かと思いますが、その中のひとつである μ (ミュー)オピオイド系がかゆみを引き起こし、これを κ (カッパ)オピオイド系が抑えると考えられています。レミッチ[®]は、この κ オピオイドとして働くクスリです。透析患者さんの場合、体の中に μ オピオイド系の物質が多いことが確認されています。レミッチ[®]は、 μ オピオイド系と