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がある患者さんの割合が大きくなることが示されました(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

κオピオイド系のバランスを適正にして、かゆみを抑えると考えられています。

さて、レミッチ®を開始してから寝つきが悪くなったような気がするとのご質問ですが、副作用の可能性も考えられると思います。このクスリの添付文書には、副作用として不眠（15.8%）、眠気（3.1%）の記載があります。また、投与開始後2週間以内にあらわれることが多いとの記載もありますので、飲み始めのころには注意が必要です。夕食後や寝る前の服用を止めて、透析のない日は朝食後に、透析日には透析後にお飲みいただくようにすると、寝つきの悪さを避けることができるかもしれません。

レミッチ®を開始してから寝つきが悪くなったと感じた場合には、先生か薬剤師にご相談ください。せっかくかゆみが改善したのですから、良い眠りで、明日もいきいきとお過ごしいただきたいと思います。

1)熊谷裕生ら：透析患者のかゆみの成因と、新しいカッパ作動薬レミッチの効果．腎と透析 70：651-657, 2011

（松倉泰世／
慶寿会 さいたま つきの森クリニック・薬剤師）

精神科や心療内科の受診

Q4 現在2種類（計3錠）の睡眠薬を担当医からもらっていますが眠れません。最近、子どものことで悩みごともあります。担当医から「精神科」や「心療内科」への受診を勧められていますが、もっと効く薬を出してもらえるのですか。（42歳、女性、透析歴2年）

A4 透析を受けている患者さんの不眠にはいろいろな原因があります。たとえば、脚がむずむずしたり、皮膚のかゆみや体の痛みが強かったりすれば良く眠れません。また、透析の効果が足りずに、身体的な状態が十分にコントロールされていない時も不眠が起こるといわれています。そのほかに、透析に関係するストレスや透析以外のストレスが強い時、さらにこうしたストレスが原因の一つになってうつ病などの心理的な病気が起こっている時も眠りが悪くなります。

もし患者さんが精神科や心療内科を受診したとしたら、医師が最初に行うのは、患者さんの話をよく聞き、心身の状態を正しく把握して、不眠の原因をはっきりさせることです。そして、原因がはっきりしたら、その対策を（患者さんや、時には透析担当の先生と）相談し、工夫します。実際に、むずむず脚症状や皮膚のかゆみをもっと軽くするために、精神科医が透析担当の先生と相談することも珍しくはありません。

ストレスによる不眠（これを原発性不眠症といいます）、うつ病などの心理的な病気による不眠もしばしばみられます。これらが原