

課題番号：29-1

研究課題名：社会機能/QOL改善と出口戦略を見据えた睡眠障害のクリニカルパスの開発

主任研究者：

栗山健一 国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部

分担研究者：

住吉太幹 同センター 精神保健研究所 児童・予防精神医学研究部

三島和夫 同センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部； 秋田大学大学院医学系研究科精神科学講座

亀井雄一 同センター病院 臨床検査部； 医療法人超年会上諏訪病院

井上雄一 公益財団法人神経研究所・研究部

稲田 健 東京女子医科大学医学部精神医学講座

内村直尚 久留米大学医学部神経精神医学講座

内山 真 日本大学医学部精神医学系

吉村 篤 滋賀医科大学精神医学講座

## 緒言

精神疾患に随伴する不眠症、過眠症（眠気）、概日リズム睡眠-覚醒障害（夜型生活や昼夜逆転）に対する効果的な睡眠障害用クリニカルパスを作成する。クリニカルパスには患者と治療者の相互理解に基づく shared decision making と出口戦略（維持療法か治療終了かの判断）の視点を取り入れる。精神疾患に随伴する睡眠障害およびこれにより生じる社会機能/QOL 障害の適切な評価を行うことが、患者の全般的社会機能/QOL を向上させるうえで重要であり、これに資するクリニカルパスを作成し、睡眠医療に導入することで、患者の社会機能/QOL 障害を改善し、生活向上をもたらすことができるか検証する。

今年度までに、原疾患である精神障害と睡眠障害両病態を評価し、両障害による社会機能/QOL の低下への影響を検討するための評価項目を厳格に選出し、これを用いた多施設共同調査を開始した。並行して、睡眠障害用診療ガイドライン・クリニカルパスの作成に取り組んでいる。また、上記調査のセカンドステップとして適切な睡眠障害への介入法、特に非薬物的介入法の開発を進め、次年度以降に取り組む、ガイドライン・クリニカルパス導入による有効性検証のための他施設共同臨床介入試験の実施を目指す。

## 2 次年度の研究計画と期待される研究成果

### 【睡眠障害による社会機能/QOL障害の実態調査】

睡眠障害の存在が精神疾患患者の社会機能/QOL 障害に及ぼす寄与度を明らかにするための多施設共同実態調査を終結させる。

### 【睡眠障害用クリニカルパスの作成】

睡眠症状と社会機能/QOL障害のアセスメント、治療、寛解・回復基準、減薬・休薬までの流れを明示的に示す睡眠医療クリニカルパスを作成する。本クリニカルパスでは、不眠、過眠、睡眠リズム異常に対する薬物療法をベースとし、認知行動療法（CBT-I、CBT-R）を活用することでリスクベネフィットと社会機能/QOLの向上を図る診療マニュアルを作成する。

### 【検証試験】

NCNP病院および共同研究機関において、睡眠障害用クリニカルパスの有効性を検証する多施設共同臨床介入試験を実施する。

## 3 行政施策への貢献度

国際的に従来標準治療とされていた薬物療法から、非薬物療法中心の治療へと、睡眠障害の治療が大きく転換している。本邦では、睡眠薬を中心とした薬物の規制が強化される一方で、代替治療が明確に示されておらず臨床現場の混乱をきたしている。睡眠障害の多くは精神疾患に合併して生じることから、本研究の成果物である診療ガイドライン・クリニカルパスは、本邦における睡眠診療の基本方針を導くとともに、精神疾患患者の社会機能/QOL 向上に貢献することにも貢献する。

## 4 研究発表

- ① Yoshiike T, et al. Effects of bright light exposure on human fear conditioning, extinction, and associated prefrontal activation. *Physiol Behav.* 194: 268-276, 2018.
- ② Furihata R, et al. Unhealthy lifestyle factors and depressive symptoms: A Japanese general adult population survey. *J Affect Disord.* 234: 156-161, 2018.
- ③ Suzuki M, et al. Stressful events and coping strategies associated with symptoms of depression: A Japanese general population survey. *J Affect Disord.* 238: 482-488, 2018.
- ④ Suzuki M, et al. Seasonal changes in sleep duration and sleep problems: A prospective study in Japanese community residents. *PLoS One.* 14(4): e0215345, 2019.
- ⑤ Nishida K, et al. Social cognition and metacognition contribute to accuracy for self-evaluation of real-world functioning in patients with schizophrenia. *Schizophr Res.* 202: 426-428, 2018.
- ⑥ Sumiyoshi C, et al. Predicting work outcome in patients with schizophrenia: Influence of IQ decline. *Schizophr Res.* 201: 172-179, 2018.
- ⑦ Ayabe N, et al. Effectiveness of cognitive behavioral therapy for pharmacotherapy-resistant chronic insomnia: a multi-center randomized controlled trial in Japan. *Sleep Med.* 50: 105-112, 2018.