

# レム睡眠行動障害(RBD)とは

## <睡眠時随伴症>

### レム睡眠行動障害:RBD

## 特徴

レム睡眠中に夢の内容に関連した異常行動が見られる。  
典型的には、症状が終わると目を覚まし意識がはっきりしている。  
異常行動中に刺激を与えると完全に目覚め、夢の内容を話すことができる。  
通常 50 歳以上の男性に多い。

主な異常行動は

- ◆ 大声・大笑い・罵声
- ◆ 身振り・手を伸ばす・つかむ・腕を振り回す
- ◆ ひっぱたく・殴る・蹴る
- ◆ 起き上がる・ベッドから飛び上がる・這う・走る



## 診断

- ◆ 睡眠中の異常言動の確認。
- ◆ 睡眠ポリグラフ検査(PSG)で判定する。  
→レム睡眠中でも筋肉が弛緩しないために筋電図の上昇が認められる。

## 治療

- ◆ 非薬物療法  
事故防止策(ケガをしないよう寝室環境を整える)・過度の飲酒を避ける  
ストレスの解消(専門医へ相談する)。  
服用薬剤:三環系抗うつ剤・カフェインなどの影響に注意する。
- ◆ 薬物療法  
異常行動を抑えるクロナゼパム(一般名)等で治療します。



## 予後

薬物治療により 9 割近くのレム睡眠行動障害が改善する。  
しかし放置により自然治癒することはない、症状は徐々に進行し悪化する(パーキンソン病・レビー小体型認知症・多系統萎縮症などの神経変性疾患の発症の可能性が報告されている)。