

② 睡眠薬の作用別分類

不眠症に用いられる薬剤には、ベンゾジアゼピン受容体作動薬、メラトニン受容体作動薬、オレキシン受容体拮抗薬などの睡眠薬があります。バルビツール酸系および非バルビツール酸系の薬剤は依存性や呼吸抑制のリスクから、現在は不眠症治療にほとんど使用されていません。

図1 国内で使われる主な睡眠薬

作用機序	分類	作用時間分類	一般名	商品名	半減期(時間)	入眠障害	中途覚醒	早期覚醒
覚醒系を抑制	オレキシン受容体拮抗薬		レンボレキサント	デエビゴ	50	○	○	○
			スボレキサント	ベルソムラ	10	○	○	○
体内時計に作用	メラトニン受容体作動薬		ラメルテオン	ロゼレム	1	○		
			メラトニン(小児)	メラトベル	1.4	○		

睡眠薬の作用機序と効果

睡眠薬は、脳の神経伝達物質の働きを調節することで、睡眠を誘導し、維持させる作用があります。作用機序によって、覚醒系を抑制するタイプと、体内時計に作用するタイプがあります。

覚醒系を抑制するタイプは、オレキシン受容体拮抗薬に分類され、覚醒系を抑制することで、睡眠を誘導します。作用時間が短く、翌朝の覚醒が早いのが特徴です。

体内時計に作用するタイプは、メラトニン受容体作動薬に分類され、体内時計を調節することで、睡眠を誘導します。作用時間が長く、翌朝の覚醒が遅いのが特徴です。

