

レム睡眠 行動障害



前回に続き、夢の中と同じ行動をとる
レム睡眠行動障害をもう少し詳しく教えてください。



睡眠時の異常行動では、他に夢遊病が知られて

ています。こちらは小児期に多く、夢を見ないノンレム期に起き、行動時でも覚醒させるのが難しく、後で自分の行動を思い出せません。一方、レム睡眠行動障害は高齢者に多く、夢を見るレム期の体の活動なので、行動時にすぐに覚

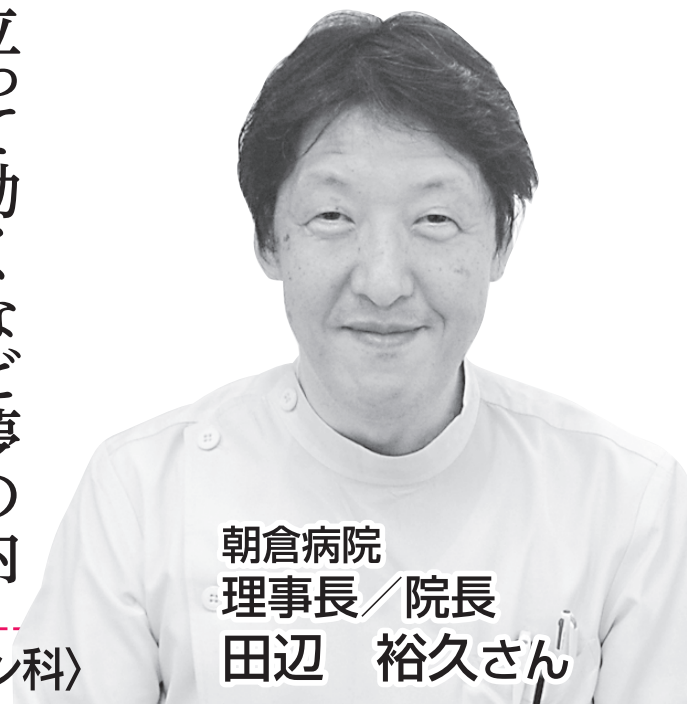
醒し、覚醒後も夢の内容を覚えていきます。毎晩や月に数回だったり、多くは睡眠の後半に大声、手足を振り回す、



立つて動くなど夢の内容によりさまざまです。1人寝でも、自分の

大声で目を覚ましたり、朝起きてけがしていたなどは疑いあります。原因はストレスやアルコール、パーキンソン病

や認知症の初期など。ひどい場合は、一緒に寝た伴侶を殴ってけがをさせ、障害が傷害になることも、危険ですね。



朝倉病院
理事長／院長
田辺 裕久さん