

むずむず脚症候群



むずむず脚症候群というのを
耳にしますが、どういう病気ですか？



睡眠時間は足りていても昼間、眠気が強く出る

ような症状を過眠症とい

ます。その一つが、高齢にな

ると増えるむずむず脚症

候群（レストレスレッグス症

候群）で、脳内のドーパミン

という神経伝達物質の機

能不全が関係してい

るといわれています

す。足の不快な感

覚のため足を動か

したくてしょうがな

い。安静時に症状が出

て落ち着かない。足を動

かすと不快な感覚が良

なる。特に夕方から夜にか

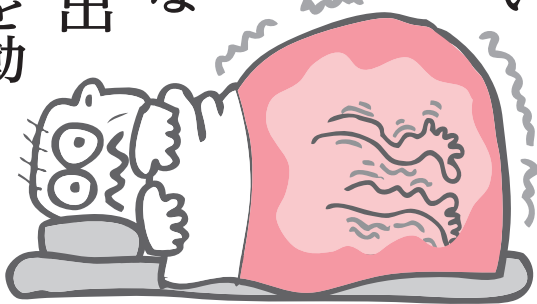
けて症状が強くなり、寝て

いるようで睡眠の質も悪

なり、昼間も眠気が出るこ

とになります。明らかな原

因が分からない1次性のも



のと、パーキンソン

病や鉄欠乏性貧血、透析中

の慢性腎不全、妊娠、糖尿

病、慢性関節リウマチなど

の疾患、あるいは抗精

神薬、抗うつ薬やアレ

ルギー薬、お酒、コー

ヒー、たばこなどの薬

や嗜好（しこう）品が

原因の2次性のも

があります。ただ、こ

の不快感が他の症状の原因

でないかチェックする必要

があり、まずは睡眠や精神

神経など専門の医師の受

診がお勧めです。以上です

が、今回は最後に落ちが付

かないので、落ち着かない？

朝倉病院
理事長／院長

田辺 裕久さん