

少、貧血などが主なものである。副作用の頻度は高いが重症のものは少なく、比較的控制ロールが容易である。外来治療も可能であるが、定期的診察と血液検査は必ず行わなければならない。

また、イマチニブはその高い抗腫瘍効果ゆえに、腫瘍出血や穿孔を生じた例が報告されている。高度進行例では入院管理下での治療開始が望ましい。GIST研究会(<http://www.gist.jp>)やグリベック®(<http://www.glivec.jp>)のホームページが開かれている。参照されたい。

〔文 献〕

- 1) 神田達夫、大橋 学、富所 隆、他：腫外、59：163、2004。
- 2) 神田達夫、大橋 学、畠山勝義：消化器がん化学療法2004(市倉 隆、編)、日本メデイカルセンター、2004、pp241～249。

新潟大学大学院消化器・
一般外科学 講師 神田達夫

小 児 科

Q

中学一年、男子。幼稚園の頃から寝坊が
ち。現在、学校やク

眠気が強い中学生
への対応

クラブ活動は休まず通っているが、暇

さえあれば眠りたがる点を親が心配している。以下について。

一、このまま放置してよいか。あるいは、眠気を軽減する必要はあるか。あれば適当な薬剤について。

二、専門科を受診させたほうがよいなら、何科に紹介すればよいか。

(宮城県 O)

A ある人間にとつて必要な睡眠時間がどれほどかを決めることは難しい。一般的に覚醒度が最も高いと考えられる時間帯は午前10～12時で、この時間帯に覚醒を保つことができない場合には明らかに睡眠に問題があると判断する。つまり睡眠時間が足りないか、睡眠の質が不良であるかを検討する必要がある。一方、午後の二～四時は、午前四～六時とともに、生理的な眠気が生じる時間帯で、この時間帯に眠気が生じることはただちに異常とはいえない。実際、昼寝(シエスタ)が習慣化している地域も多い。

一、さて、ご質問は眠気の強い中学生についてである。眠気を軽減する必要性が問われているが、眠気自体は脳が休息を欲しているSOSなわけで、これは受け入れるしかない。眠気を我慢しても生体に有利なことは皆無である。事

故等の危険も高まる。短時間の昼寝後に認知機能が高まることも実証されている。眠気に襲われたならば、一般的には短時間のうたた寝がお勧めである。その上で眠気に襲われる時間帯も考慮して、眠気が病的なものか否かの検討が必要となる。つまり診断以前のこの段階で眠気を軽減させることに特化した薬剤を使用することは、眠気の本質を見極めることの妨げとなる。

現在、日本の小中学生のみならず乳幼児で最も多いと考えられる眠気の原因は睡眠不足であり、夜ふかしである。睡眠障害の国際分類に従えば、睡眠不足症候群であり、不適切な睡眠衛生である。睡眠不足がさまざまな形で知的能力や心身に悪影響を与えることは周知の事実で、シカゴ大のグループは睡眠不足が老化を促進すると結論している。重要な対策は生活リズムも含めた睡眠衛生の確認となる。朝の受光、昼間の運動、適切な食事習慣、眠るに適した環境整備がポイントである。

ナルコレプシー、周期性四肢運動異常症、レストレスレッグズ症候群、睡眠時無呼吸症候群といっ

た内在因性睡眠障害では日中の眠気が症状となり、概日リズム睡眠障害でも社会通念的には不適切な時間帯に眠気が生じる。これらの疾患の中には適切な療法が奏効する疾患もあり、その鑑別が次のステップである。

これらが否定された場合には、睡眠時間を九時間以上必要とするいわゆる long sleeper (長時間睡眠者) の可能性が残る。long sleeper と short sleeper (短時間睡眠者・睡眠時間六時間以下) との生物学的な差異の詳細は未だ不明であるが、事実として両者が存在する。

蛇足であるが、現代社会はともすれば long sleeper が「怠け者」というレッテルを貼られかねない社会である。各個人の適切な睡眠時間を規定することは難しいが、long sleeper を社会的に疎外するのではなく、その存在を認知し、その能力を十分に活用することが社会的に重要である。

二、専門科についてのご質問であるが、「睡眠」に関する系統的な医学教育を怠ってきた現在の日本には、残念ながら適切な専門科は存在しない。「睡眠」を標榜は

していても最近の睡眠時無呼吸ブームに便乗しただけのわか睡眠専門医も多い。

睡眠は脳機能の発露の結果の生体現象であり、本来 neurology の領域である。しかし、本邦の神経内科医の睡眠に寄せる関心は低く、従来心の問題として睡眠を扱ってきた精神科医に睡眠についての知識を有する医師が多い。しかし、必ずしもすべての精神科医が睡眠を専門としていないことも当然である。専門科を受診させることも重要であるが、睡眠衛生の基本を把握した上で、患者と真摯に向き合ってその訴えを聞く重要性を強調したい。

（東京北社会保険
病院 副院長 神山 潤）

ADA 欠損症に対する
遺伝子治療の展開と
患者の予後

Q 北大で ADA 欠損症の遺伝子治療が実施されてから、○年近く経つが、その後の展開と患者の予後について。

（宮城県 T）

A アデノシンデアミンナーゼ (ADA) 欠損症患児の多く