

双極性障害における 睡眠・覚醒リズム障害

病態

テーマ

高江洲 義和

琉球大学大学院医学研究科
精神病態医学講座准教授

双極性障害には睡眠・覚醒リズム障害の併存が多いことが知られており、近年、双極性障害の病態に概日リズム障害が密接に関連していることが示されている。睡眠・覚醒リズム障害がうつ病と双極性障害の鑑別診断の糸口となり得ることが報告されており、睡眠・覚醒リズム障害に焦点をあてた時間生物学的治療の双極性障害に対する有用性も示唆されている。

Key Word

■双極性障害 ■うつ病 ■睡眠・覚醒リズム ■概日リズム睡眠・覚醒障害

はじめに

近年、双極性障害の病態に睡眠・覚醒リズム障害が密接な関連があることが示唆されている。双極性障害における睡眠・覚醒リズムの乱れは気分エピソードの寛解期にも存在しており、躁症状やうつ症状に独立した重要な特性と考えられている。概日リズム睡眠障害は双極性障害病態と密接な関連があると考えられているため、睡眠・覚醒リズム障害は気分障害のなかでも特に双極性障害に特異性が高く、うつ病と双極性障害の早期の鑑別の糸口となることが示唆されている。本稿では双極性障害と睡眠・覚醒リズム障害の関連性について概説し、双極性障害の臨床現場における睡眠・覚醒リズム障害に着目した診断や治療への応用の可能性についても検討したい。

1 双極性障害における概日リズム障害

概日リズムとは、自然環境や生体の活動の日内変化や季節変化に対応するためのシステムであり、単細胞生物からヒトまで、地球上の大部分の生物がもつ約24時間周期の生体リズムである。生物が高等になるにつれて、マスタークロックとなる体内時計が出現する。哺乳類の体内時計の中核は視床下部の視交叉上核にあり、地球の自転による24時間の明暗変化の情報を伝達している。通常の生活では覚醒後に屋外の太陽光を浴びることで、体内時計の時刻合わせが行われている。太陽光の変化などの手掛かりのない隔離環境では、ヒトの概日リズムは24～25時間の自由継続リズムとなる¹⁾。概日リズムは、体温や心拍などの生理活動を始め、コルチゾールやメラトニン分泌などの内分泌系の活動、睡眠・覚醒リズムなどの多くの生体活動に関与