特集5 生活習慣病と睡眠障害

生活習慣病と睡眠障害は，医療のみならず現代社会における大きな問題点と認識されている．睡眠の量と質が損なわれると，生活習慣病である糖尿病，高血圧，脂質異常症に加え，心疾患や脳卒中のリスクが増大する．一方で，生活習慣病が睡眠障害を発症・悪化させることも知られているなど，生活習慣病と睡眠障害の間には双方向の関連性がある．
本稿では，生活習慣病と睡眠の問題・睡眠障害に関して，文献的考察を交えて概説する．

キーワード

不眠症，睡眠関連呼吸障害，
睡眠関連運動障害，循環器疾患，心不全

かさい　たかとし
葛西 隆敏

順天堂大学大学院医学研究科
循環器内科学講座 准教授／
順天堂大学大学院医学研究科
心血管睡眠呼吸医学講座 准教授／
順天堂大学医学部附属順天堂医院
睡眠・呼吸障害センター センター長