

# 地域で考える睡眠障害治療薬フォーミュラリ

★24時まで内服することが望ましい★

2024年9月 南海トラフ地震を意識し薬品卸各社に情報共有

監修 西神戸医療センター精神・神経科 奥小路医長、内田医長  
きよた診療所 清田直俊 院長  
2026年4月改訂

- 日中の機能障害や不眠症状の特徴から治療の要否を判定する
- 睡眠衛生指導を行う
- 眠気の持ち越しといった副作用を確認する

睡眠障害の訴えあり  
(成人)

ベンゾジアゼピン系薬  
の睡眠薬の使用

あり

■服用中のものを継続投与  
※ベンゾジアゼピン系薬は漫然投与は避け、  
減量、中止の検討を推奨。  
できる限り下記薬剤へ変更

改善乏しい  
/減量・  
中止困難

精神科へコンサルト

なし

原則、第一選択は  
オレキシン受容体拮抗薬

災害時優先薬剤

デエビゴ錠5mg  
1錠 分1寝る前  
(69.5 円/5mg/錠)

80歳以上/  
相互作用あり  
デエビゴ錠2.5mg  
1錠 分1寝る前  
(43.7 円/2.5mg/錠)

持参薬の継続/  
主科処方の場合  
ベルソムラ錠  
15mg, 20mg  
1錠 分1寝る前  
(90.8 円/15mg錠)  
(109.9 円/20mg錠)

★相互作用ある時は増量不可  
クービックへ変更も併用注意

眠気の持ち越し有り (切り替え)

クービック錠50mg  
1錠 分1寝る前  
(90.2/1 錠)

クービック錠25mg  
1錠 分1寝る前  
(56.9 円/1錠)

改善乏しい

朝起きることができないため  
夜眠れないタイプ

ラメルテオン錠8mg  
1錠 分1寝る前  
(20.9 円/錠)

- 睡眠覚醒リズム調整薬
- 適応は**入眠困難のみ**
- 飲む時間を一定にすることがポイント
- 即効性は期待できず  
効果に7日間前後かかる  
→頓用 (不眠時内服)  
とはしない
- 禁忌薬：フルボキサミンマ  
レイン酸塩

第二選択薬

エソピクロン錠1mg  
2錠 (高齢者1錠)  
分1寝る前  
(13.4 円/2錠)

- 若年者、併存疾患が少ない、呼吸抑制が問題となりにくい症例では第一選択可
- 起床時に口腔内の苦みが残る場合がある
- 2mgまでなら眠気の持ち越しは少ない
- せん妄リスク患者には慎重投与
- 増量：不眠時1日2回まで  
→追加頻度をみながら  
定期内服薬の用量を調節
- 最高用量：3mg  
(高齢者は2mgまで)
- 急性閉塞性緑内障、排尿困難患者禁忌

改善に  
乏しい

寝る前や中途覚醒時に心配事が  
浮かんで眠れない場合

追加 (※原発性不眠は適応外)  
トラゾドン錠25mg  
1錠 分1寝る前 最高：100 mg  
(80歳以上) 0.5錠 分1寝る前から開始  
(6.3 円/錠)

- 増量：不眠時1日2回まで  
(追加頻度をみながら定期内服薬の用量を調節)
- 睡眠の質を上げる  
中途覚醒の回数が減り、再入眠しやすくなる  
事が期待出来る
- 保険病名として「うつ状態」が必要
- QT延長を起こす薬剤との併用は注意  
・フルファリン内服中の患者は注意 (作用減弱)
- ・緑内障、排尿困難患者注意 (抗コリン作用)

増量等  
で改善  
乏しい

- ・入眠困難・中途覚醒  
早朝覚醒・熟眠障害

- 併用禁忌薬なし
- 併用注意の薬剤がある場合→**2.5mgで併用可能**
- ★CYP3Aを阻害する薬剤 (中程度以上の強度) との併用は**2.5mgに減量**
- 重度の肝障害 (Child-PughⅡ~Ⅲ) は**禁忌**
- 1日1回10mgまで

- ・入眠困難・中途覚醒  
・日中機能改善

- 併用禁忌薬★**あり** (CYP3Aを強力に阻害する薬剤)  
中程度阻害との併用は**25mgに減量**
- 重度の肝障害 (Child-PughⅡ~Ⅲ) は**禁忌**
- 年齢による用量調節**不要**
- 半減期が短い
- 患者の状態に応じ25mgに減量

- ・中途覚醒・早朝覚醒

- 併用禁忌薬★**あり** (CYP3Aを強力に阻害する薬剤)  
中程度阻害との併用は**減量考慮**
- 年齢により用量調節が必要  
(64歳以下) 20mg  
(65歳以上) 15mg
- 細かな用量調節はできない

併用禁忌薬★詳細は添付文書参照

※オレキシン受容体拮抗薬同士は**同時処方しない!!**  
(定期+頓用等)  
※リファンピシンの処方がある場合は、例外的に  
ラメルテオン+トラゾドンを**推奨**  
※超高齢では**デエビゴ2.5mgを推奨**  
(眠気の持ち越しがあれば夕食後でも可)

( ) 薬価 2026.4 時点  
当院採用銘柄

参考文献：添付文書、UpToDate®：  
Pharmacotherapy for insomnia in adults,  
睡眠薬の適正な使用と休薬のための診療ガイドライン