

BOOK REVIEW

書評

「極論で語る睡眠医学」

河合 真 著 香坂 俊 監修 丸善出版株式会社

勢井 宏義 (徳島大学)

私が細々ではあるけれど睡眠研究をライフワークにしていること、研究のつながりからスタンフォード大学の西野精治先生と面識があること、そして、今回ご紹介する本の著者がスタンフォード大学で睡眠医療を実践しているということから、本著と出会う機会を得ました。

例えば、循環生理の基礎を探求する方には、そのホメオスタシスが崩壊した状態を循環器内科などの現場から学ぶことができ、研究へフィードバックすることができます。医学教育には循環器疾患としての科目がしっかりあって、学生は必ず勉強します。一方、睡眠生理を探求するものにとっても同様に、その医療現場は重要ですが、医学教育の中で睡眠医療を学ぶ機会は極めて限られているのではないのでしょうか。本著は、睡眠障害に関する病歴聴取から治療まで、睡眠医学の「哲学」「作法」といったアートな部分に重点を置いてまとめたもので、睡眠生理の研究者だけでなく、医療を学ぶ方に大変参考になるでしょう。

「極論で語る」というタイトルが示すように、著者の専門医としての熱い想いがあふれており、読者は時々「置いてけぼりを食い」ながらも、睡眠医療の空気を肌で感じることができます。

私にとって、特に共感できたことが2点あります。1つは、睡眠検査である終夜睡眠ポリグラフ検査 (polysomnography ; PSG, 最近広まりつつある“簡易型”ではなくフル PSG) の大切さを語っていること、もう1つは、夢見睡眠と呼ばれるレム睡眠を「かわいい」「愛おしい」と特別な想



いで捉えていることです。私は動物の睡眠を記録していますが、睡眠を研究する上で一番大切なのは、まずは動物の状態と脳波などを同時にリアルタイムに観察してその変化を肉眼で認識することだと思っています。また、レム睡眠期に観察される血圧や呼吸の変動は、覚醒中のそれよりも激しく、その生き活きた様子に強く引きつけられます。

読後、グローバル化を大学改革の重要なポイントに位置づけられている今、スタンフォード大学で臨床医として活躍する著者自身にも直接お話が伺えたらと想っています。