

以下の記載は、表題の診療ガイドラインから漢方製剤に関する記述を抽出したものです。診療において漢方製剤を使用される場合には、必ず、ガイドライン全体をお読みになり、その位置づけを正しく理解された上で行ってください。

ガイドラインのバージョンは最新のもののみを掲載しています。改定がなされていないガイドラインは、そのまま掲載しています。このガイドラインとその中の漢方の記載を、診療の参考にすべきかどうかの判断は、使用者の責任で行ってください。

睡眠薬の適正な使用と休薬のための診療ガイドライン -出口を見据えた不眠医療マニュアル-

平成 24 年度厚生労働科学研究・障害者対策総合研究事業「睡眠薬の適正使用及び減量・中止のための診療ガイドラインに関する研究班（主任研究者：三島和夫 国立精神・神経医療研究センター）」および日本睡眠学会・睡眠薬使用ガイドライン作成ワーキンググループ（委員長：三島和夫 国立精神・神経医療研究センター）

<https://jssr.jp/files/guideline/suiminyaku-guideline.pdf>

Strength of Recommendation

- A: 強い科学的根拠があり、行うよう強く勧められる。
- B: 科学的根拠があり、行うよう勧められる。
- C1: 科学的根拠はないが、行うよう勧められる。
- C2: 科学的根拠がなく、行うよう勧められない。（*）
- D: 無効性あるいは害を示す科学的根拠があり、行わないよう勧められる。

（*）Minds における C2 は「科学的根拠がなく、行わないよう勧められる。」であるが、本ガイドラインでは「科学的根拠がなく、行うよう勧められない。」と変更して用いた。

■1 漢方薬

疾患:

不眠症

CPG 中の Strength of Recommendation:

C2: 科学的根拠がなく、行うよう勧められない。

有効性に関する記載ないしその要約:

『Q28: 漢方薬やメラトニンも不眠症に効果があるでしょうか?』に対して、下記の記載がある。

『患者向け解説: 残念ながら不眠症に対する効果がしっかりと確認された漢方薬はありません。メラトニンも睡眠リズムの異常には効果がありますが、一般的な不眠症には効果が乏しいようです。不眠症に対して漢方薬やメラトニンを服用する場合には、治療効果は限定的であることを知ったうえで服用する必要があるでしょう。漢方薬によって更年期障害などの病気が治ることで、不眠症状もいっしょに改善することがあるかもしれません。しかし、慢性不眠症がある場合には、これらの市販薬ではなく、専門医に相談することをお勧めします。

勧告: 不眠症に対するメラトニンの効果は比較的弱く、主たる治療薬として推奨することは難しい。不眠症に対する漢方薬の有効性は確認されておらず、推奨されない。不眠症患者からメラトニン、漢方薬に関する意見を求められた場合には、不眠症の治療効果は限定的もしくは実証されていないことを説明し、慎重に用いるように指導する必要がある。』