

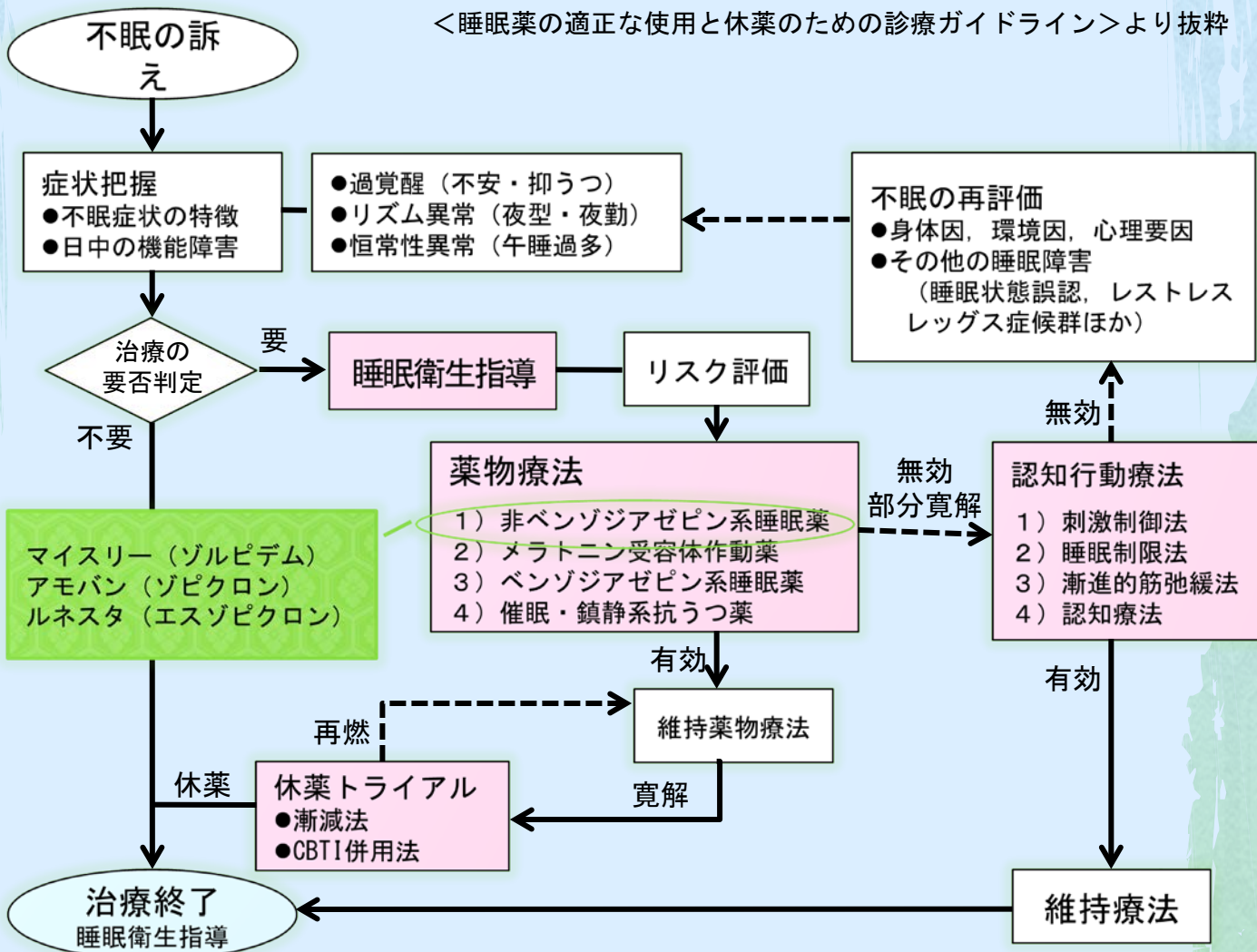
# 転倒転落防止情報⑭

## 睡眠薬に着目してみよう！

＜睡眠薬の適正な使用と休薬のための診療ガイドライン 2013＞より

- ・高齢者の原発性不眠症に対しては**非ベンゾジアゼピン系睡眠薬**が推奨される。
- ・ベンゾジアゼピン系睡眠薬は**転倒・骨折リスクを高める**ため推奨されない。また、加齢に伴い、ベンゾジアゼピン系睡眠薬に対する感受性も亢進する。

＜睡眠薬の適正な使用と休薬のための診療ガイドライン＞より抜粋



### ＜お伝えしたいこと＞

眠れなければ睡眠薬！と安易に使用せず，転倒や骨折のリスクが高まることも念頭に，患者さんと何がよい方法か話し合ってみてください。  
話し合った結果は，カルテに記録を残しましょう