

平成 29 年 2 月 22 日（水）に放映された NHK 番組「ガッテン！」の内容に関する一般社団法人日本睡眠学会としての見解

平成 29 年 2 月 22 日（水）に NHK 番組「ガッテン！」において放映された「最新報告！血糖値を下げるデルタパワーの謎」の内容について、睡眠科学、睡眠医療に関わる学術団体として看過できない問題点が確認されたため、ここに学会としての見解を述べます。

また、日本睡眠学会は一般社団法人日本神経精神薬理学会と連携して NHK に対して異議を申し立てるとともに、放送内容における疑義（下記参照）に対する回答、および、このような番組内容に至った経緯の説明を求めました。提供した情報に誤りがあった場合には速やかに訂正し、その内容を広く視聴者に公開するよう希望します。

以下、放送内容に対する懸念と疑義

1. 番組で取り上げられた睡眠薬については国で承認された効能又は効果は「不眠症」に限定されており、糖尿病に対して処方することは認められていません。番組内ではそのような睡眠薬を取り上げ、血糖低下を目的として用いることを推奨しているかのような印象を与えています。これは適応外処方（承認されている効能効果以外の目的で使用すること、健康保険が適応されない）を推奨していることに他ならず、テロップで医師の指示に従うよう流すことで正当化されるものではありません。
2. 番組で取り上げられた睡眠薬については、既存の臨床試験データにおいても血糖降下作用は確認されていません。一部の研究者の限られた研究データを根拠として糖尿病治療に用いることは倫理的にも医学的にも許容されません。本番組ではそのような根拠に乏しい効能効果を視聴者に向けて強くアピールしており、糖尿病患者に過大な期待を持たせたばかりか、医療現場での混乱を招いています。
3. 向精神薬に分類される睡眠薬は適正処方が求められており、臨床的に不眠

症と診断された患者にのみ処方されるべきです。しかしながら放送で登場した患者の方は自覚的に不眠症状がなく、睡眠状態に起因する心身の不調も訴えていませんでした。したがって不眠症の診断基準に該当しているとは考えにくく、睡眠薬の処方自体が不適切です。

4. 番組内では当該睡眠薬についてその安全性を過剰に強調していますが、どのような基準をもって安全であると主張しているのかその根拠が明らかではありません。睡眠薬に限らず、全ての医薬品には副作用があります。したがって、投薬の際には絶えずベネフィット（症状の改善など投薬によって受ける恩恵）がリスク（副作用による健康被害など）を上回っているか確認する必要があります。本件の場合、不眠症状がないにもかかわらず、また血糖降下作用が確立・承認されていないにもかかわらず睡眠薬を投与したことのベネフィットがリスクを十分に上回っているとは到底認められません。

その他の事項

1. 「デルタパワー」とは脳波の周波数解析によって算出される指標の一つであり、何らかの治療効果を持った生体現象（治癒能力）のごとき表現は不適當です。また、現段階ではデルタパワーと血糖低下作用の関連については医科学的に確立されているとは言えません。
2. 番組の後半で、睡眠不足を解消することによってデルタパワーが増加するかのような説明がありましたが、番組内で引用されていた科学研究論文の内容と全く異なっており、完全な誤用もしくは捏造と言わざるを得ません。

平成 29 年 2 月 27 日

一般社団法人日本睡眠学会
理事長 伊藤 洋