

なぜ飲むの、なぜやめないの、睡眠薬

-当センターで調査した結果-

2017年5月

睡眠薬服用者の眠気（エプワース睡眠尺度）は強く、それは眠剤を飲む回数が多いほど強くなる傾向がありました。また、睡眠や生活の質（ピッツバーグ質問票）も、睡眠薬服用で悪化し、服用回数が多いほどその傾向が強いことがわかりました。

それでも睡眠薬を飲むのは何故？、睡眠薬をやめないのは何故？

なぜ飲むの、睡眠薬

