



医療・医薬についてのお問い合わせ

アンケートに答える

～1000pt



本日の臨床〇×クイズ

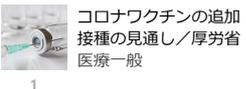
大動脈弁狭窄症では左室にかかる前負荷が上昇する。



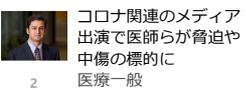
クイズに答えて
アップを獲得する

人気記事ランキング

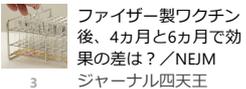
週間 月間



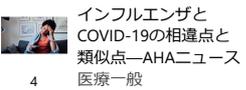
1



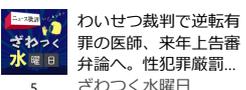
2



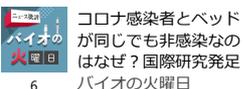
3



4



5



6

今年のインフル流行は



週末のキャッチアップ睡眠とうつ病との関係

提供元：ケアネット



ツイート

いいね！ 3

公開日：2021/10/25

週末のキャッチアップ睡眠とうつ病との関係を検討するため、韓国・延世大学校医科大学のKyung Min Kim氏らは、調査を行った。Sleep Medicine誌オンライン版2021年9月1日号の報告。



2016年の第7回韓国国民健康栄養調査のデータを用いて検討を行った。うつ病の定義は、こころとからだの質問票（PHQ-9）スコア10以上とした。キャッチアップ睡眠の時間は、0時間以下、0～1時間、1～2時間、2時間以上で分類した。

主な結果は以下のとおり。

・全体の参加人数は、5,550人。キャッチアップ睡眠の時間別うつ病有病率は、以下のとおりであった。

- 0時間以下（3,286人）：7.0%
- 0～1時間（1,033人）：4.2%
- 1～2時間（723人）：2.9%
- 2時間以上（508人）：6.0%

・共変量を含む多変量回帰分析では、キャッチアップ睡眠の時間が1～2時間の人は、0時間以下の人と比較し、うつ病リスクの有意な低下が認められた（オッズ比[OR]：0.517、95%CI：0.309～0.865）。

・キャッチアップ睡眠の時間が0～1時間の人（OR：0.731、95%CI：0.505～1.060）と2時間以上の人（OR：1.164、95%CI：0.718～1.886）では、うつ病リスクに有意な変化は認められなかった。

著者らは「週末のキャッチアップ睡眠の時間が1～2時間の人において、うつ病リスクの低下が認められた。このことは、より良いうつ病マネジメントのために役立つ可能性がある」としている。

（鷹野 敦夫）

原著論文はこちら

Kim KM, et al. Sleep Med. 2021 Sep 1. [Epub ahead of print]

掲載内容はケアネットの見解を述べるものではありません。（すべての写真・図表等の無断転載を禁じます。）

関連記事



うつ病患者の睡眠薬処方パターンと再発への影響～日本のレトロスペクティブ研究

医療一般 (2021/02/24)



睡眠時間と青年期うつ病との関連

医療一般 (2019/05/20)



うつ病まとめ【クローズアップ！精神神経 7疾患】

クローズアップ！精神神経 7疾患 (2021/01/26)



eディテリング

4分で解説！手術後疼痛に対する薬物療法の選択肢としてのセレ...

03:47

100up



新生児期～乳幼児期に筋緊張低下や発達遅延がみられる症例、様...

06:30

100up



低用量アスピリン投与時における潰瘍再発抑制の重要性_JCS-GL...

1ページ

未視聴



高齢者に対するジャヌビア(R)のデータ

02:25

100up



第11回 エクメット Chietter - 糖尿病性神経障害の発症・進行...

07:19

100up



CKDと心不全パンデミック 監修：東邦大学医療センター大橋...

06:18

100up



もっと見る

おすすめ期間中のすべてのeディテリングを視聴するとコンプアップ20upが獲得可能！



まだコンプアップ
を獲得できません

無症状の子どもを介してCOVID-19感染が拡大し得る
 医療一般

12~18歳のデルタ株への感染予防効果90%、ファイザー製ワクチン...
 医療一般

新型コロナウイルスへのイベルメクチン使用、中毒症状の報告が急増
 医療一般

医師閲覧ランキング

林先生とコム太が楽しく解説!
 CareNet.comの使い方
 視聴時間 4分50秒

MEDuLite
 製品紹介なし
 中立的な臨床医学動画
 世界最大医学メディアの
 医師生涯教育
 今すぐチェック

Breast cancer Frontline
 乳がん診療 Frontline
 CareNet × 魅技

魅技
 エキスパートの手術手技を動画で配信

視聴されていないコンテンツがあります

このページを印刷する

ツイート

いいね! 3

【最新ニュース】



中等症~重症喘息へのitepekimabの有効性と安全性~第II相試験/NEJM
 (2021/11/05)



ファイザー製ワクチン後、4か月と6か月で効果の差は?/NEJM
 (2021/11/05)



ワクチンの3回目Booster接種は感染/重症化予防効果を著明に改善する(解説: ...)
 (2021/11/05)



ワクチン接種後の液性免疫の経時的低下 - 3回目booster接種必要性の基礎的工...
 (2021/11/05)



熱傷診療ガイドライン改訂第3版が発刊
 (2021/11/05)



デュルバルマブ+化学療法、胆道がん1次治療で全生存期間を有意に延長(TOP...)
 (2021/11/05)



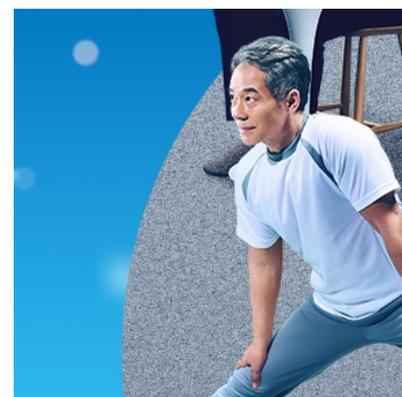
手術中のデキサメタゾン投与でがん患者の死亡率が低下
 (2021/11/05)



時間制限食で糖尿病や心臓病のリスクが低下する
 (2021/11/05)



双極性障害の新規エピソードに対する予防効果~RCTのメタ解析
 (2021/11/05)



エンレスト錠 100mg 200mg
 Entresto Tablets
 エンレスト錠は、日本一低価格の処方薬によりお供すること

効能・効果追加
高血圧症
 ▶ エンレスト錠 DIへ

ケアネットからのお知らせ

! ご登録情報に
お変わりありませんか？



メールアドレス

ポイント交換や会員情報変更、
重要なお知らせの際に必要です。



勤務先情報

地域にあった情報をご提供します。

会員情報変更はこちら ➔

CareNetポイント
を利用して
CareNet TVの
有料番組を視聴しよう!

知人医師紹介キャンペーン
1,000 pt
プレゼント
カンタンに
紹介できます!