

不眠症治療 アプリ処方

ITベンチャーのサスメド（東京・文京）は、イー・エヌ・イー（DeNA）系と組み、スマートフォン（スマホ）などで利用できる不眠症の治療アプリを開発する。薬と同じよ

薬に頼らず行動療法で

月内に治験、保険適用めざす

うに医師がアプリを処方し、医師と患者の接点を広げて睡眠時間などを適切に管理する。投薬重視の不眠治療に新たな可能性が広がりをうた。

サスメドは、新エネルギー・産業技術総合開発機構（NEDO）の支援を受け、DESCヘルスケア（東京・渋谷）と今月中に臨床試験（治験）を始める。2〜3年後の保険適用と実用化を目指す。保険適用を受けた場合、アプリの利用料は3割負担の患者で月3000円程度を想定している。

サスメド、DeNA系と開発へ

患者は医師の処方アプリをインストールし、ベッドに入る前の行動や不安を感じていること

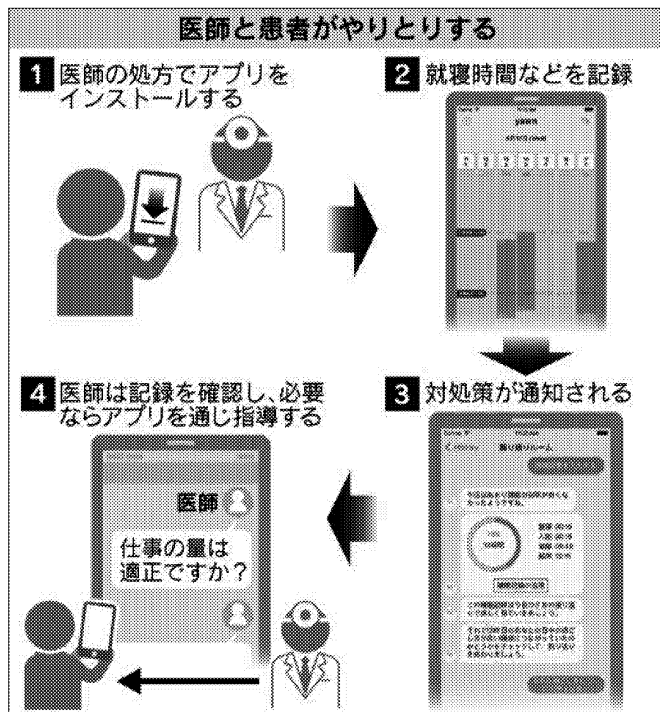
就寝時間などを記録できるようにする予定だ。重症の患者には週1回以上指導するなど柔軟な治療が可能となる。通院だけでは細やかな生活の把握は難しく、指導には限界もあるためだ。

潜在患者も含めると日本人の5人に一人が不眠症の疑いがあるという。現在、日本では睡眠薬による治療がほとんどで、人口当たりの処方量は米国の6倍に達する。

サスメドの上野太郎社長は「アプリを通じて患者の日常生活を把握できれば、限られた診察時間の中でより具体的な指導

を採用した。欧米などで睡眠薬と同等以上の治療効果があると認められている治療法で、不眠症の原因となるストレスや不安などを睡眠前に取り除き、眠れないという思い込みを排除する。

サスメドは2015年設立のITベンチャー。DESCヘルスケアはDeNAと住友商事の共同出資会社で15年の設立。健保向けに、健診結果などのデータ管理サービスを手掛けている。



アプリでできる認知行動療法の例

睡眠衛生指導	• 就寝直前の飲酒やスマホの操作など、睡眠障害につながりやすい行動を伝える
刺激制御療法	• チェック表などで就寝直前の行動を振り返る • 不眠につながる行動の有無を患者に把握させ改善につなげる
睡眠時間制御療法	• ベッドに入る時間を管理する • ベッドで「眠れない」時間を少なくし不安を取り除く

2014年11月に施行された医薬品医療機器法（旧薬事法）で、ソフトウェアが医療機器として認められるようになった。治験を通じて診断や治療に資すると判断されれば、アプリなどソフトウェアを利用した診断・治療に対して保険適用を受けられる。患者は保険の範囲内で医師と連携を密にした治療を受けられるようになる。

医薬品医療機器法が追い風

はニコチン依存症治療のアプリを開発中で現在、8病院で臨床研究している。来年春の治験入りを目指している。ウェルビー（東京・千代田）は、現在、糖尿病など生活習慣病の治療に使うアプリの開発を検討中だ。

これまでスマホアプリを通じた健康管理サービスはあったが、特定の病気を対象とした治療用アプリはない。米国ではすでに糖尿病の治療アプリが米食品医薬品局（FDA）の承認を受けるなど実用化が進んでいる。（二村俊太郎）

V B、治療アプリ開発に熱