

さくいん

寝不足	156
寝ぼけ	392
脳波	27, 195
ノンレム睡眠	57, 95

は・ひ

歯ぎしり	415
バジャマ	431
バルビツール酸系	299
反復睡眠潜時検査	203
反復性過眠症	336
反復性孤発性睡眠麻痺	398
非24時間睡眠・覚醒リズム障害	380
光	272, 419
非宣言記憶	153
ビックウィック症候群	347
ピッツバーグ睡眠質問票	206
非ベンゾ	284
肥満低換気症候群	372

ふ

フォービドンゾーン	88
フォワードジェネティクス	63

不規則睡眠・覚醒リズム障害	381
不眠重症度質問票	207
不眠症	228
不眠症のQOL評価スケール	209

フリップ・フロップスイッチモデル	60
フロイト	167
プロスタグランジンD ₂	39
プロムワレリル尿素	299
プロラクチン	104

へ・ほ

閉塞性睡眠時無呼吸症候群	346
ベンゾジアゼピン	282
ポストランチディップ	88

ま〜め

マウスピース	364
枕	430
末梢動脈トノメトリー	222
マットレス	426
ミオクロヌス	417
脈波	199

むずむず脚症候群	406
瞑想	260
メラトニン	74, 86, 387
メラトニン受容体作動薬	291

や〜よ

夜驚症	399
薬物療法	279
夢	164
ヨガ	260
横向き寝	163, 358

ら〜ろ

ラメルテオン	291
リカバリーモデル	131, 150
リラクゼーション	255
レストレスレッグス症候群	406
レム関連睡眠時随伴症群	394
レム睡眠	29, 56, 95
レム睡眠関連症状	327
レム睡眠行動障害	394
レンボレキサント	293
ロングスリーパー	138

さ

サーカディアンコントロール	104
サーカディアンリズム	69
サイトカイン	151
錯乱性覚醒	392
サプリメント	86
酸化型グルタチオン	39
酸素飽和度	198

し

ジェットラグ症候群	382
時間療法	388
刺激制御法	251
視交叉上核	69
時差障害	382
時差ボケ	382
持続陽圧呼吸療法	359
湿度	424
嗜眠性脳炎	41
周期性四肢運動障害	412
終脳	109
終夜睡眠ポリグラフィー検査	200
終夜睡眠ポリグラフ記録	33
熟睡アラーム	215
上下顎骨前方移動術	365
上行性網様体賦活系	42
情動脱力発作	318
ショートスリーパー	141
食事と睡眠	267
徐波睡眠	95
徐波睡眠断眠	129
鍼灸療法	275
寝具	425
神経伝達物質	51
寝床内気候	424
心電図	198
深部体温	79

す

睡眠 12 箇条	248
睡眠衛生指導	247
睡眠覚醒概日リズム障害	22
睡眠・覚醒相後退障害	375
睡眠・覚醒相前進障害	378
睡眠環境	418
睡眠関連うなり	373
睡眠関連運動障害	406
睡眠関連下肢こむらがえり	414
睡眠関連幻覚	402
睡眠関連呼吸障害群	346
睡眠関連摂食障害	393
睡眠関連歯ぎしり	414
睡眠関連律動性運動障害	415
睡眠健康調査票	210
睡眠構築	92
睡眠時遺尿症	402
睡眠時驚愕症	392
睡眠時随伴症	390
睡眠時ミオクローヌス	416
睡眠時遊行症	392
睡眠障害の分類	184
睡眠徐波	95
睡眠図	96
睡眠スケジュール法	254
睡眠制限法	254
睡眠相	374
睡眠日誌	211
睡眠負債	127
睡眠負債の状況を評価する 質問紙	209
睡眠不足	156
睡眠不足症候群	338
睡眠物質	38, 150
睡眠ポリグラフィー検査	192
ストレッチ	255
スプリント療法	415

スボレキサント	293
スマートウォッチ	217
スマートフォンアプリ	215
スリープコントロール	104

せ

生活時間日誌	211
成長ホルモン	104
生物時計	66
生命予後	135
宣言記憶	153
漸進的筋弛緩法	258
選択的レム断眠	129

た〜と

ダリドレキサント	293
単一神経細胞記録	44
チェーンストークス呼吸	370
中枢性過眠症	316
中枢性睡眠時無呼吸症候群	369
長期記憶	153
ツボ	276
低周波音	422
頭内爆発音症候群	401
特発性過眠症	332
時計遺伝子	67
ドバミン	52

な〜の

ナルコレプシー	323
日本睡眠学会	447
入眠時固有脊髄 ミオクローヌス	417
入浴	274
認知行動療法	245
寝返り	426
寝言	397
寝溜め	130

数字

24時間睡眠ポリグラフィー 検査	201
2過程モデル	131

欧文

AHI	350
AIS	207
CBT-i	245
CPAP	359
DSM-5	187
ESS	211
GABA	53
ICD-11	187
ICSD-3	185, 188
ISI	207
JESS	211
MEQ	209
MSLT 検査	203
MWT 検査	205
OCST	220
ODI	350
OSAS	347
OSA 睡眠調査票 MA 版	210
PAT センサー	222
period	67
PER 蛋白	67
PET	46
PSG	33, 192
PSQI	206
QOL-I	209
RDI	350
RPSGT	446
SHRI	210
timeless	67

TIM 蛋白	67
--------	----

和文

あ

アカシジア	408
明るさ	419
アクティブ・システム・ コンソリデーション	159
悪夢	307
悪夢障害	399
朝型・夜型	71
朝型夜型質問紙	209
足がつる	414
アセトゾラミド	359
アテネ不眠尺度	207
アデノシン	39
アトモキセチン	404
アミロイドβ	163
アルコール	270
アルツハイマー病	163
アロマ	270

い～お

位相操作	81
位相反応曲線	81
植込み型舌下神経刺激療法	365
ウォッチバット	222
うつ病	366
ウリジン	39
液性機構	37
エプワース眠気尺度	211
音	421
オトガイ筋筋電図	196

おねしょ	402
オレキシン	58
オレキシンサブタイプ	59
オレキシン受容体拮抗薬	293
温度	424

か

概日リズム睡眠・覚醒障害	374
覚醒維持検査	205
掛け布団	429
下肢静止不能症候群	406
カタスレニア	373
カタプレキシー	318
活動量計	218
金縛り	398
過眠症	139, 316
眼球運動	195
漢方薬	296

き～こ

記憶の符号化	156
逆説志向	264
クライネ・レビン症候群	336
グリンパティックシステム	163
グルタミン酸	52
経穴	276
血中半減期	287
口蓋垂軟口蓋咽頭形成術	365
高照度光	387
向精神薬	301
交代勤務睡眠障害	385
呼吸	197
こむらがえり	414
コルチゾール	104