

◎ 第4章

櫻井 進

Susumu Sakurai

天理医療大学医療学部・教授

## 睡眠呼吸障害健診の受診の仕方

ここでは、睡眠呼吸障害の健診の仕方についてご説明します。



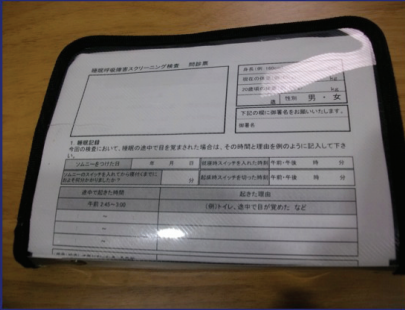
天理医療大学医療学部・教授。博士（保健学）。

専門は公衆衛生・健康医学。睡眠呼吸障害が頸動脈硬化の進展に及ぼす影響に関するコホート研究などを手掛ける。



③

## 睡眠呼吸障害健診の検査キット



申込後1週間程度でご自宅へ送付されます(A5判)

記入済みの申込書を送りますと、しばらくしてこのようなパッケージに入った健診のセットが送られてきます。

④

## 睡眠呼吸障害健診の検査キット



機器本体、センサー、機器フォルダー、  
質問紙、問診票、送付カバー

セットの中には検査の機器とカバー、センサー、取扱い説明書、問診票などが入っております。

⑤

## 睡眠呼吸障害健診の検査キット

**睡眠呼吸障害スクリーニング検査キット**

※このキットは、睡眠呼吸障害のスクリーニング検査に使用するための検査キットです。検査結果はスマートフォンに送信され、医師の診断を受けることができます。

※検査は、睡眠中に実施する必要があります。検査中は、鼻に装着した装置が呼吸を感知し、呼吸の停止や浅呼吸を検出します。

※検査結果は、スマートフォンに送信され、医師の診断を受けることができます。

1. 検査キットの準備

2. 検査キットの装着

3. 検査の実施

4. 検査結果の確認

**装着方法が図入りで説明されています**

このような図入りの取扱い説明書に従って検査してください。

⑥

## 睡眠呼吸障害健診の検査キット

1. 問診票

2. 検査結果

3. 検査結果

項目	0	1	2	3	4	5
1. 睡眠時間	7時間以上	6時間以上	5時間以上	4時間以上	3時間以上	3時間未満
2. 生活習慣	禁煙、禁酒	禁煙、少量飲酒	少量喫煙、少量飲酒	少量喫煙、大量飲酒	大量喫煙、大量飲酒	大量喫煙、大量飲酒
3. 花粉症の有無	なし	あり	あり	あり	あり	あり
4. 花粉症の症状	なし	軽微	中等	重症	重症	重症
5. 花粉症の治療	なし	あり	あり	あり	あり	あり
6. 花粉症の治療の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり
7. 花粉症の治療の継続	なし	あり	あり	あり	あり	あり
8. 花粉症の治療の継続の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり
9. 花粉症の治療の継続の継続	なし	あり	あり	あり	あり	あり
10. 花粉症の治療の継続の継続の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり
11. 花粉症の治療の継続の継続の継続	なし	あり	あり	あり	あり	あり
12. 花粉症の治療の継続の継続の継続の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり
13. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続	なし	あり	あり	あり	あり	あり
14. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり
15. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続の継続	なし	あり	あり	あり	あり	あり
16. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続の継続の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり
17. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続の継続の継続	なし	あり	あり	あり	あり	あり
18. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続の継続の継続の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり
19. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続の継続の継続の継続	なし	あり	あり	あり	あり	あり
20. 花粉症の治療の継続の継続の継続の継続の継続の継続の継続の効果	なし	あり	あり	あり	あり	あり

**問診票の記入項目(生活習慣、飲酒、眠気)**

これは問診票です。寝た時間、起きた時間、生活習慣(飲酒の有無、花粉症の有無)といったことを聞くものです。また、先ほどのESS(眠気の尺度の評価)で、眠気があるかどうか判定します。

⑦

## 睡眠呼吸障害健診の検査キット



ここからは実際の機器を使って説明します。左側は機器の本体上部です。右側はセンサーの裏と表です。

⑧

## 睡眠呼吸障害健診の実際



## ① センサー装着

センサー裏面の両面テープについている紙をはがします。鼻と口の間にセンサーを置き、テープで固定します。次にコードを耳の上からかけます。反対側もセンサーのコードを耳の上からかけます。

このようにセンサーを鼻の下につけて、装着し、左右の耳にそれぞれコードをかけたとめます。鼻の下と口から出る気流をとらえる機器ですから、鼻の上につけてしまうと感度が落ちてしまいます。鼻をふさがないように注意してつけてください。

⑨

### 睡眠呼吸障害健診の実際



② センサー装着完了



↑センサーは本体に挿す

↓就寝前にスイッチオン



ボタンを上  
げること  
よって、そ  
の時点から  
の鼻と口か  
らの気流を  
ずっと記録  
していきます。

センサーがずれないように裏面に両面テープがついています。邪魔なコードを束ねる意味で首の下に留め具がありますので、それを固定してください。センサーを装着してから先端のジャックを本体に挿して準備します。本体の横のスライドする黒い

⑩

### 睡眠呼吸障害健診の実際



③ センサー・機器完了。  
このまま就寝します。

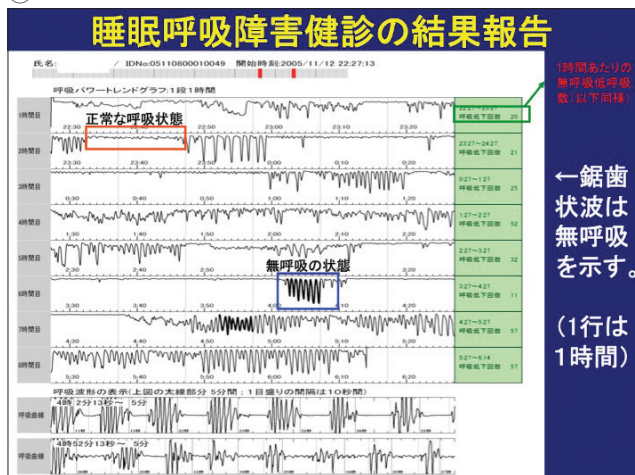


④ 翌日 センサーをはずし  
機器・問診票を返却します。

その際には  
問診票も記  
入して返却  
してください  
い。

このように準備ができたなら、寝る前にスイッチを入れてそのまま寝ていただきます。翌朝には検査は済んでおりますので、起きたらスイッチを切ってセンサーを外し、そのままの状態で返送していただきます。





こちらのご案内が配付資料の中に入って返送された結果票の右半分が睡眠の波形そのものです。この1行が1時間です。平坦な部分とギザギザした部分がありますが、平坦な部分が正常な呼吸状態を示しています。青い枠の中は大体10分ほどですが、何回も下向きの波形が出ています。10分間に7回の無呼吸、何回かの振幅の小さいものが低呼吸、いびきのひどい状態が記録されています。ですから、この方は10分間に7回無呼吸で3〜4回の低呼吸があることがわかります。

こういったものが検査を受けた一人ひとりに記録として返却されます。



⑬

## 睡眠呼吸障害健診の実際(まとめ)



- ①センサー取り付け、②機器のスイッチオン、  
③就寝し、④機器返却

す。  
今までご説明した睡眠呼吸障害の健診のまとめで

①センサーを鼻の下につけてコードをかけ、留め具を締めます。

②最後にセンサーのジャックを本体に挿してスイッチを入れて寝ます。

③朝起きたらスイッチを切って、センサーを外して問診票とともに返却という流れになっています。

これらの一連の検査により、その結果が説明も返却されます。また、適切な医療機関についての情報も入っていますので、かかりつけの医療機関があれば、その結果を持っていただければスムーズに治療または精密な検査ができると思います。

ぜひとも検査を受けていただきますよう、よろしくお願いいたします。