

睡眠検査

◎細田 奈未¹⁾
藤田医科大学病院¹⁾

睡眠は、人間が生きていく行方上で脳や身体を休める為に必要不可欠であり、人生の3分の1を占めるといわれている。しかし、近年では長時間労働、交代勤務など日常生活が多種多様に変化していきなかに、睡眠時間が短縮し、それにより様々な弊害が生じている。睡眠の量的、質的低下は昼間の眠気を引き起こし、仕事や勉強などの妨げや交通事故など日常生活に支障が出てくる。また、そのような状況が長期的に続くと、うつ症状や高血圧など心身にも影響が出る事が知られている。日本人の4~5人に1人が睡眠に関する何らかの悩みを持っているといわれているなかで、不眠症や過眠症のほか、自覚症状の少ない睡眠障害を診断する為、客観的な睡眠の評価が出来る睡眠検査は非常に重要な役割を担っている。

終夜睡眠ポリグラフ (PSG) は、脳波や眼球運動、呼吸、筋電図、経皮的酸素濃度などを同時測定することで、睡眠段階の判定、睡眠を妨げる呼吸障害や不随意運動の有無、酸素濃度の変化、脳波活動の異常など多くの情報を得ることが出来る。日本では米国睡眠学会 (AASM) 判定マニュアルに準じて解析し、睡眠障害国際診断分類 (ICSD) に則って診断することが一般的である。多くのセンサを装着し、そのセンサが外れないよう工夫をし、得られたデータを解析し、結果を報告するところまでが検査技師の役割となる。なかでも重要なのは疾患の鑑別を行うことである。例えば、睡眠時無呼吸症候群と周期性四肢運動障害における睡眠の分断によって生じる日中の眠気や、睡眠時随伴症と睡眠てんかんにおける睡眠中の異常行動など、同じ症状を呈する疾患を鑑別するのは非常に重要である。そのためには、長時間の記録でも外れないセンサ装着の技術はもちろん、脳波や呼吸、筋電図のイベントを見逃さずに解析する知識も必要となる。また、最近は職業ドライバーなどの健康診断で睡眠障害が疑われる場合、睡眠検査を実施することが増えているが、PSGだけでなく、自宅へ持ち帰って患者自身がセンサを装着する簡易型の装置もかなり普及している。しかし、簡易型装置はセンサの数が少なく簡単に装着が可能であるが、脳波電極の装着がない為、PSGに比べて睡眠と覚醒の判定が困難となる。自動解析で簡単に結果がわかるようになっているが、本当にそのまま報告しているのだろうか。得られた結果が正しいかどうか判断する事も必要である。

睡眠検査でどのようなことがわかるか、検査結果のどのような部分に注目したら良いのか、その検査結果はそのまま医師へ報告して良いのかということを考えながら検査を実施する事が大切である。