

平成27年度病院医学教育研究助成成果報告書

報告年月日：平成28年 3月19日

研究・研修課題名	日本睡眠学会第40回定期学術集会
研究・研修組織名（所属）	島根大学医学部附属病院 検査部
研究・研修責任者名（所属）	宇野 誓子
共同研究・研修者名（所属）	

目的及び方法、成果の内容

① 目的

先進国の中でも労働時間等で起きている時間帯の深夜化が進んでいる日本では、食生活の変化による体型の肥満化とも相まって、睡眠障害および睡眠障害が関係する生活習慣病が問題となっている。睡眠障害は、大きく分けただけでも不眠症、睡眠関連呼吸障害によらない過眠、睡眠関連呼吸障害群、小児期に初めて出会う睡眠障害群、睡眠時随伴症、睡眠関連運動障害群、概日リズム睡眠障害群、さらに睡眠障害以外の疾病として分類される諸病態に伴う睡眠障害として精神疾患、神経疾患がある。

日常業務として対象としている睡眠障害は睡眠関連呼吸障害群のなかの睡眠時無呼吸症候群と、睡眠関連運動障害群、睡眠関連呼吸障害によらない過眠症であるが、実はこれらのなかに他の疾患や睡眠障害が混在していることは十分考えられる事である。しかし少数のこれら疾患にふれることは日常の業務では難しく、万が一遭遇したとしても知識と経験がなければ判別することは難しい。今回「日本睡眠学会 40 回定期学術集会」に参加することにより、あまり日常では遭遇しない疾患の知識や発表にふれることは日常の検査での疾患の見落としを防ぐために大切なことである。

同時に現在広く用いられている PSG の解析方法にも新しく改訂版が出た。「AASM による睡眠および随伴イベントの判定マニュアル」 Ver.2.1 である。従来の解析法から徐々に代わっていくのではないかと考えられるが、どこまで認知されているのか知りたいところであり、それによって当院における解析方法も足並みをそろえていく必要がある。

今回の「日本睡眠学会 40 回定期学術集会」への参加は、上記に記したように睡眠障害を幅広く学び日常の業務での見落としを防ぐこと、そして睡眠障害検査を現在の標準に合わせると同時に精度を上げること、そして「睡眠の認定技師」の更新に必要な学会への参加を満たすことである。

② 方法

2015年7月2日（木）から3日（金）まで栃木県総合文化センターおよび宇都宮東武ホテルグランデで行なわれた「日本睡眠学会 38 回定期学術集会」に参加した。

③ 成果

1 日目には「高齢者睡眠医療における諸問題」、「技師 小児の PSG 検査」の講演と睡眠に関する一般演題を傾聴した。

「高齢者睡眠医療における諸問題」では高齢化による睡眠障害は増加するが、加齢化に伴っておきる様々な症状のうち日中傾眠、高血圧、認知機能低下などは睡眠障害の症状と類似するため、鑑別が

重要である。高齢者診療に際しては、特に睡眠障害や高血圧など併発疾患があれば閉塞性睡眠障害の可能性を考慮する必要がある。

「小児の PSG 検査」では子供への PSG 検査のやり方や解析について学んだ。

2 日目は「睡眠検査に関するワーキンググループ (PSG、携帯型装置、MWT) のエキスパートコンセンサス (案)」と「睡眠障害と自動車運転」、「睡眠時の自律神経調節機構について」、「睡眠化学研究講座 1」、「睡眠化学研究講座 2」を聴講し、講演と講演の間にポスター発表を閲覧した。

「睡眠検査に関するワーキンググループ (PSG、携帯型装置、MWT) のエキスパートコンセンサス (案)」では睡眠呼吸障害のゴールドスタンダードとしてのポリソムノグラフ (PSG) 検査の仕様と判定基準が作成され、その内容について解説された。今後検査方法や解析方法の標準化が期待される。

「睡眠時の自律神経調節機構について」では近年特に自動車事故と睡眠障害が注目されており、平成 26 年度道路交通法改訂では重度の眠気を呈する睡眠障害の中閉塞性睡眠障害が含まれており、運転免許の習得および更新で公安委員会の質問票に「いいえ」を付けた場合、罰則の対象となることがあり、眠気の自覚があるにも関わらず診断、治療を受けていない場合、免許証の交付や更新が保留されることがある。適切な診断と治療による症状の改善、定期的な経過観察が重要である。

「睡眠と自律神経調節機構について」は睡眠時の自律神経について学び、自律神経の調節の重要性を学んだ。

「睡眠化学研究講座 1.2」は難解であったが、睡眠をこのような角度から研究するのかと驚くこともあり、興味深かった。

ランチョンセミナーでは「レム睡眠行動異常症の検査と診療の実際」「SAS の CPAP アドヒアランス向上のための医療機関の役割」を聞いた。日常の検査ではあまり接しない話題であったが、睡眠障害検査や治療のためには重要であり、勉強になった。

携帯型睡眠検査の Type4 装置としてパルスオキシメーターがあるが、パルスオキシメーターは閉塞性睡眠時無呼吸 (OSA) のモニタとして 2 つの役割を担っている。ひとつは心血管障害との関係において最も重要な病態とされている間欠性低酸素の浄化方法であり、もうひとつは OSA のスクリーニング方法としての役割である。しかし、パルスオキシメーターは非肥満者や軽度～中等度の OSA についての診断能は不十分であり、その限界を正しく認識しておく事が大切である。

今回の睡眠学会では上記のような、日常の検査業務で有用な情報を得ることが出来た。