

08_高齢者の睡眠モニタリング

ASD 株式会社と共同開発した、「エアマット式睡眠モニタリング装置」を用いて、高齢者の睡眠状態の評価を行いました。

これは、エアマット式のセンサーをベッドの下に装着し、体動、心拍数、呼吸回数を記録して患者の睡眠状態を測定する装置です（図1）。



図1 エアマット式睡眠モニタリング装置

高齢者の睡眠時間は、一般的に短いと考えられていますが、まず深いレム睡眠が2~3周期現れ、その後ノンレム睡眠となって覚醒になるパターンは一緒です。ノンレム期にトイレに起きることから「眠っていない」と訴えることが多いのですが、実際は就眠してすぐにレム睡眠がみられ、これが2~3時間あれば十分と考えられます（図2）。本研究は、認知症などの疾患による睡眠パターンの変化、薬剤と睡眠の関連などを解明することを目標にしています。

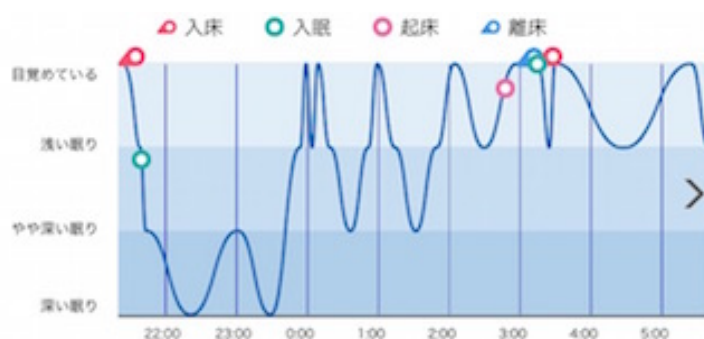


図2 高齢者の睡眠パターン