

## 18 維持透析患者の睡眠障害に対する考察

健和会病院 血液透析センター 竜口孝子

### 目的

透析患者に睡眠障害が多いといわれる中、当院でも半数近い患者が眠剤を服用している。

当院透析患者の睡眠障害の要因と睡眠の質を評価し、透析患者にどのような睡眠障害があるのか検討する。

### 方法1.

対象：当院の外来維持透析患者114名

有効回答：98名 85.9%

(男性 66名 女性 32名 平均年齢 67歳)

調査期間：2007年12月

方法：透析治療中に同意が得られた患者に対してピツバーグ睡眠質問表(以下PSQI)を用いてアンケートの聞き取り調査を実施した。

### 方法2.

PSQIは18項目を7つの要素【睡眠の質・入眠時間・睡眠時間・睡眠効率・睡眠困難・眠剤の使用・日中覚醒困難】にカテゴリー化し、各要素の得点(0~3点)を加算し、総合得点(PSQIG)(0~21点)が算出される。

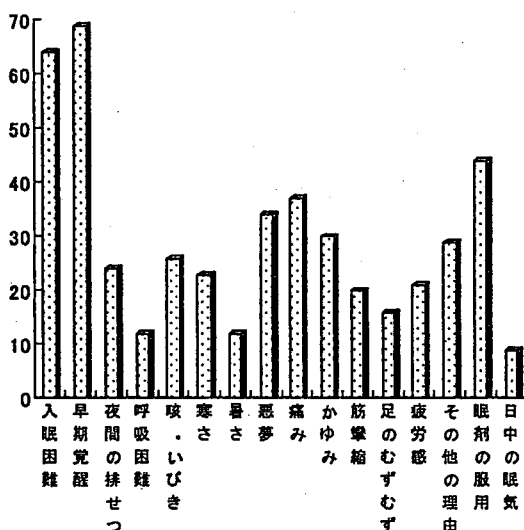
点数が高い程睡眠の質がより悪いと評価され、さらに切断点を(5.5)に設定する事で、睡眠障害の有無、リスクグループの同定に敏感度が最適であると報告されている。

今回この質問票に加え、透析患者に特有であると思われる項目【かゆみ、筋攣縮、足のむずむず感、透析後の倦怠感】について0~3点までの評価を行い、不眠との関連を検討した。

### 結果1.質問項目に対する肯定回答者の比率

質問項目に対する肯定回答者の比率をみると、60%以上見られたのは、入眠困難・早期覚醒で続いて30%以上が悪夢・痛み・かゆみ・眠剤の使用という結果でした(図1)。

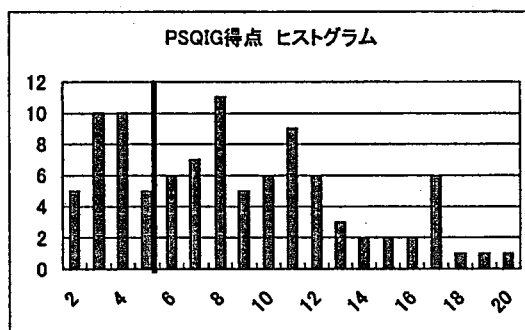
(図1)質問項目に対する肯定回答者の比率



### 結果2. PSQIG得点 ヒストグラム

ヒストグラムでは切断点の5.5で切った場合、5.5未満と5.5以上に2峰性の変化が見られました(図2)。

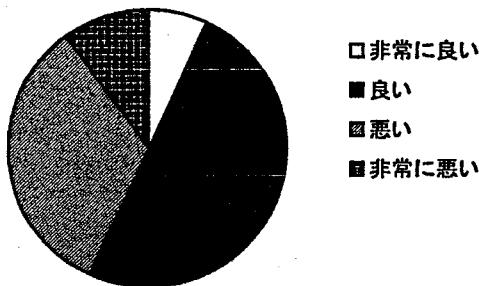
(図2) PSQIG得点 ヒストグラム



### 結果3.睡眠の質の自己評価

睡眠の質の主観的な評価では、7%が非常に良いと答え、50%が良い、33%が悪い、非常に悪いが10%でした(図3)。

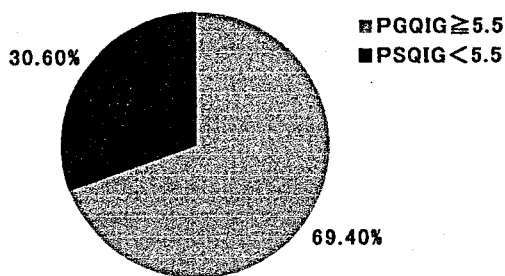
(図3) 睡眠の質の主観的な評価



**結果4.PSQIGからみた不眠の割合**

次に、PSQIGの得点結果から不眠の割合をみました。5.5点以上は69.4%が、睡眠障害である事を示し、不眠であることがわかりました。5.5以下は30.6%で、睡眠障害なしでした。全体の57%が主観的な睡眠の質を良いと答えています。実際には7割近くの患者が睡眠障害ありとの結果でした(図4)。

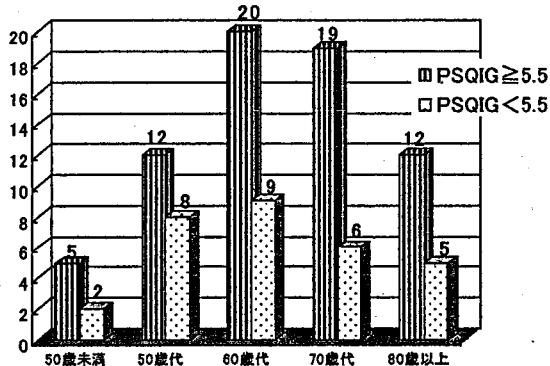
(図4) PSQIGからみた不眠の割合



**結果5.PSQIG<5群とPSQIG≥6群の比較**

PSQIGの切断点5.5として、睡眠障害の平均年齢・男性の比率・透析歴・糖尿病・筋攣縮指数・かゆみ指数・足のむずむず感指数・透析後の疲労感指数・HDFの比較での有意差検定を行ったところ、透析後の疲労感に有意差が認められました(図5)。

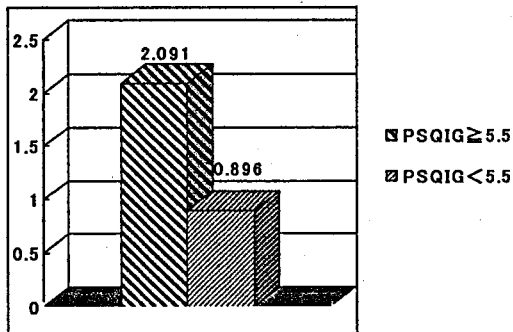
(図5) PSQIG<5群とPSQIG≥6群の比較



**結果6.透析患者の特有の症状と不眠の関連**

透析患者の特有の症状と不眠の関連を詳しくみてみると、透析後の疲労感に有意差が認められました。また足のむずむず感では有意差はみられませんでした。近い傾向がみられました。(図6)

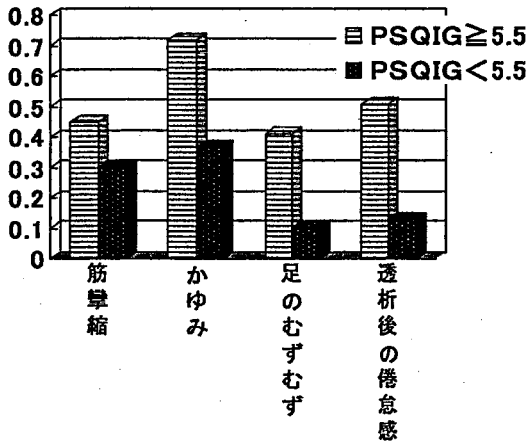
(図6) 透析患者の特有の症状と不眠の関連



**結果7.4症状を合わせた指数と不眠との関連**

次に透析患者特有の4つの症状を総合した比較では、睡眠障害ありとなしの群では、有意差がありました。透析患者特有の症状が睡眠障害の背景にある事が考えられます。(図7)

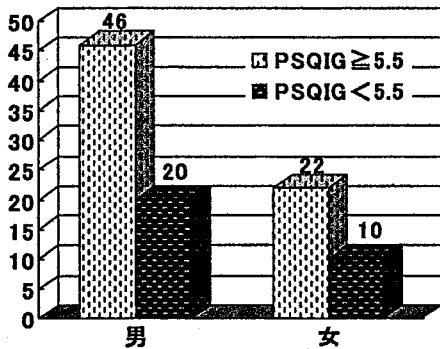
(図7) 4症状を合わせた指数と不眠との関連



結果8.年齢別の睡眠障害

年齢別の睡眠障害の検討ではPSQIG 5.5以上の比率をみると各年齢間での有意差は見られませんでした(図8)。

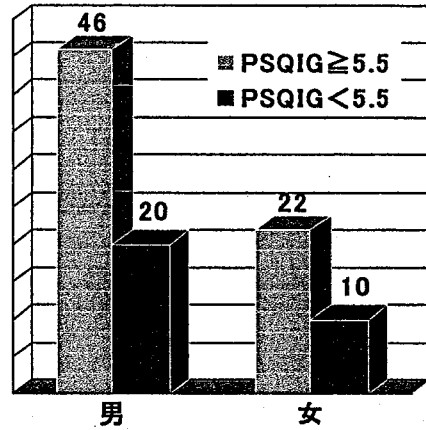
(図8) 年齢別の睡眠障害



結果9.性別と睡眠障害

透析歴と睡眠障害の関係においてもPSQIG 5.5以上の比率では透析歴に睡眠障害の有意差がみられませんでした。(図9)。

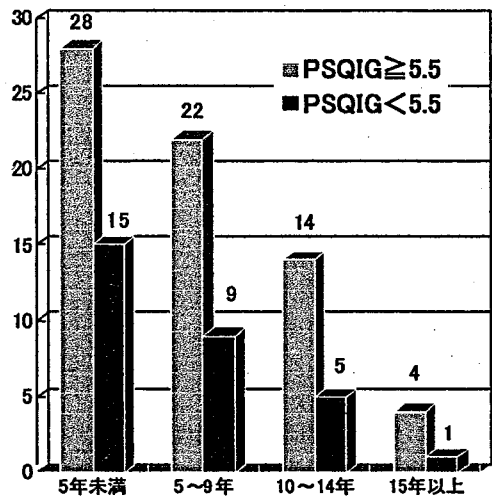
(図9) 性別と睡眠障害



結果10.透析歴と睡眠障害

透析歴と睡眠障害の関係においてもPSQIG 5.5以上の比率では透析歴に睡眠障害の有意差がみられませんでした(図10)。

(図10) 透析歴と睡眠障害



考察

- 1.主観的な睡眠の質の評価では睡眠障害を自覚している透析患者は46%であったが、PSQIGでは69.4%に睡眠障害がみられた。
- 2.PSQIGで診断された睡眠障害と年齢、性別、透析歴、糖尿病の有無、血液ろ過透析の有無との関連はなかつ

た。

3. PSQIGで診断された睡眠障害の群では、透析後の倦怠感の訴えが優位に多かった。また、かゆみ、足のむずむず感が多い傾向が見られた。このことから、透析患者特有の症状が睡眠障害の一因と考えられた。

#### 結 論

- ・不眠の要因として透析患者特有の症状が影響している。
- ・質問項目をスコア化する事で睡眠の質、睡眠障害の有無を評価できた。
- ・透析スタッフが透析患者の睡眠障害の特徴を理解し、睡眠の質を向上させるアプローチが必要である。

#### 【引用・参考文献】

- 1) 「睡眠障害の治療とガイドライン」 編集 睡眠障害の治療とガイドライン研究会 内山 真
- 2) 「ピッツバーグ睡眠質問票日本語版の作成」  
土井由利子 義輪眞澄内山 真 大川 匡
- 3) 「睡眠障害の対応と治療ガイドライン」 内山 真