

終夜睡眠ポリグラフィー検査（簡易）

概要

睡眠中の呼吸状態、酸素濃度（動脈血酸素飽和度）の変化などを調べる検査です。

検査方法

患者様に2日間、機器をお貸ししますので、ご自身で就寝前に機器・センサー等を取り付け、通常通りの睡眠を行っていただきます（基本的に2日間、就寝時に検査していただきます。）。また、行動記録カードをお渡ししますので、起床・就寝時間、行動（夜間のお手洗い等）などを記入していただきます。2日後（2日後が外来休診日の場合、次の平日）に来院していただき、機器の返却・記録の確認を行います。

※検査予約時に機器の使い方、行動記録カード・注意事項の説明を行います。

検査で分かること

睡眠時無呼吸症候群では睡眠中に呼吸が止まったり、浅くなることにより十分な睡眠が得られず、それが原因で昼間の眠気など日常生活に様々な支障をきたします。この検査では以下の3種類の項目を調べ、睡眠時呼吸障害の程度を評価します。

1. 呼吸状態

鼻に気流センサーを取り付け、呼吸の大きさと速さを記録します。睡眠中に呼吸が止まっていないか（無呼吸）、呼吸が浅くなっていないか（低呼吸）、それぞれの時間や回数を調べます。

2. 腹部の動き

腹部にベルトを巻いて機器を取り付け、腹部の動きの大きさと速さを記録します。睡眠中に呼吸が止まっている際の腹部の動きの有無やその程度を調べ、無呼吸の種類（閉塞性/混合性/中枢性）を鑑別します。

3. 酸素濃度（動脈血酸素飽和度）

指に酸素センサーを取り付け、血液（動脈）中に含まれる酸素の割合（%）を記録します。睡眠中に無呼吸や低呼吸が起こると体内に取り込む酸素量が少なくなり、酸素飽和度が低下します。酸素飽和度が低下していないか、またその程度について調べます。

注意事項

- ・機器・センサーが水に濡れると故障してしまうため、手洗い時や水分補給の際はお気を付けください。
- ・電気毛布などの機器と直接接するような電化製品の使用はお控えください。電気毛布を使用する際は温めた後に電源を切っていただくか、足元のための使用としてください。
- ・診断精度を高めるためにも、可能な限り睡眠時間は長めに取っていただきますようお願いいたします。
- ・ご記入いただいた行動記録カードは再度ご来院される際に忘れずにご持参ください。

所要時間

約20～30分程度（機器の説明） 当日・翌日の就寝時のみ機器を装着



よくある質問

Q：寝ている時にセンサーが外れてしまったりしませんか？

A：テープでセンサーを固定していただき、なるべくセンサーが外れないようお願いしていますが、無意識のうちに外れてしまう場合もあります。外れてしまった場合には、気が付いた段階で再度付け直していただくだけで構いません。

Q：寝返りはできますか？

A：寝返りは可能ですが、うつ伏せの状態は避けてください。

Q：夜中にトイレに行きたくなった場合はどうすればよいですか？

A：機器・センサーを付けたまま、お手洗いに行っていただいて問題ありません。お手洗いはそのまま睡眠していただき、機器を操作する必要はありません。

Q：返却は2日後でないといけませんか？

A：原則、2日後の午前10時までに機器の返却をお願いしていますが、2日後が外来休診日の土曜午後、日曜・祝日となる場合、次の平日の午前10時までの返却をお願いしています。ご都合により返却時間が遅くなる場合、担当技師へご相談ください。可能な限り返却日時・時間の調整はさせていただきますが、別の患者様の予約が入っている場合など、ご要望に沿えない場合があることをご了承ください。