

## 島根県における外来患者の夜間睡眠 に関するアンケート調査結果

よこ ぎ ひろ ゆき<sup>1)</sup>                      くず お のぶ ひろ<sup>2)</sup>  
横 木 広 幸<sup>1)</sup>                                  葛 尾 信 弘<sup>2)</sup>

キーワード：夜間頻尿，睡眠障害，過活動膀胱，抗コリン薬，イミダフェナシン

### 要 旨

QOLに大きく影響する睡眠障害，特に夜間頻尿の現状を把握するために夜間睡眠に関するアンケート調査を実施した。その結果全体の80%以上が1回以上目を覚ましていた。また高年齢層ほど夜間にトイレに行きたくなる傾向を認めた。睡眠に対する満足度では，約20%の患者がやや不満あるいは不満と回答し，満足度は中途覚醒回数に応じて低下する傾向を認めた。今回の実態調査で，患者の多くが夜間の中途覚醒を経験していること，そのため睡眠に対して十分な満足度を得られていないこと，そして中途覚醒のもっとも大きな原因は夜間の尿意であることが明らかとなった。今後は，夜間頻尿に対しての診療ガイドラインを参考に適切な診断，治療がなされるよう心掛けていく必要があると考えられた。

### はじめに

睡眠は生理現象のひとつであり，健康的な睡眠を得られている時に意識することは少ない。しかし，満足な睡眠を得られなくなった時にはQOLを大きく低下させることもある。

睡眠障害の原因として近年夜間頻尿が注目されるようになってきた<sup>1)</sup>。夜間頻尿は転倒・骨折の危険因子となるだけでなく，死亡の危険因子となることも報告されている<sup>2)</sup>。そこで今回，QOLに大きく影響する睡眠障害，特に夜間頻尿の現状を把

握するために夜間睡眠に関するアンケート調査を実施した。

### 対象および方法

島根県下42施設（表1）の協力の下，2008年9月16日から11月8日の期間にアンケート調査を行った。対象は調査に同意を得られた外来通院患者855例で，自己記入式のアンケート用紙（図1）を用いた。検定は $\chi^2$ 検定を用いた。

### 結 果

対象の男女構成は1：1であり，年齢は68.6±14.0歳で半数以上が70歳以上であった（図2）。一晚に目を覚ます回数を，3回以上，1－2回およ

Hiroyuki YOKOGI et al.

1) いきいきクリニック 2) 島根県臨床内科医会会長  
連絡先：〒690-0011 松江市東津田町1768-2