

睡眠障害の要因分析

～視覚障害のある患者の生活状況を分析して分かったこと～

佐々木千賀子^{1)*} 本山良¹⁾ 前田奈津子¹⁾ 森田敬子¹⁾ 坂本昌子¹⁾ 田中洋子¹⁾ 内山繁嘉¹⁾

1) 国立病院機構鳥取医療センター5病棟

Factor analysis of sleep disturbance

—Behavioral analysis on a visually impaired patient through his habitual daily activities—

Chikako Sasaki^{1)*}, Ryo Motoyama¹⁾, Natsuko Maeta¹⁾, Keiko Morita¹⁾, Masako Sakamoto¹⁾, Yoko Tanaka¹⁾,
Shigeyoshi Uchiyama¹⁾

1) Department of Nursing, the 5th ward, National Hospital Organization Tottori Medical Center

*Correspondence: byoutou5@tottori-iryu.hosp.go.jp

要旨

重症心身障害児(者)では脳機能の発達が不十分のため、不眠症状を呈することがある。睡眠不足になると日中の覚醒レベルに影響が出て、療育の効果が得られなかったり、行動異常が出やすくなったりする。睡眠を促すための方法として、日中の活動性を上げたり、足浴や日光浴を行うことが先行研究でも報告されている。今回、対象者の日常生活の様子から、睡眠障害のアセスメントを行った。精神発達遅滞で視覚障害のため、不規則型睡眠・覚醒パターンなどになりやすい状況にあり、対象者を取り巻く環境の中に、睡眠障害の要因があると仮説を立て、日常生活状況をデータとして収集し分析を行った結果、ケアの方向性について見解を得られたので報告する。鳥取臨床科学 1(1), 19-23, 2008

Abstract:

Children (persons) with severe motor and intellectual disabilities develop insomnia because of insufficient development of their brain function. Sleep disturbance can influence levels of their arousal in the daytime, resulted in ineffective rehabilitation training and behavioral problems. Previous studies showed that an increase in daily physical activity, foot bath and sun bath are good for induction of sleep. In this report, we assessed sleep disturbance through habitual activities of a person with disabilities in his daily life. Mentally retarded and visually impaired children (persons) tend to have irregular patterns of sleep and arousal. According to our hypothesis that environmental factors surrounding him are involved in his sleep disturbance, we collected data from his daily life activity and analyzed the data. As a consequence, a best course of care was obtained. *Tottori J. Clin. Res.* 1(1), 19-23, 2008

Key Words : 重症心身障害(児)者, 睡眠障害, 視覚障害, 環境, 生活リズム; children (persons) with severe motor and intellectual disabilities, sleep disturbance, visual impairment, environmental factors, daily life rhythm

はじめに

重症心身障害児(者)では脳機能の発達が不十分
なため、しばしば不眠がみられる。睡眠が十分に

とれていないと日中の覚醒レベルに影響が出て、
療育の効果減少や行動異常が出現する。睡眠を促
すための方法として、日中の活動性を上げたり、