

ものがあることを知る必要がある。

## I 総 論

- point**
- ▶ SAS は心血管障害の重要なリスク要因とされ、生命予後に影響する。
  - ▶ RLS や PLM は一般には生命予後に関係なく、QOL の低下を起こすと考えられている。

### 1 透析患者の睡眠状況

PSG  
ピッツバーグ  
睡眠質問票

当法人の透析患者で終夜睡眠ポリグラフ検査 (PSG) とピッツバーグ睡眠質問票において詳細データが解析できた 330 名のデータを基に集計する。入眠困難は 49.1 %、睡眠時間短縮 (6 時間未満) は 29.7 %、睡眠効率不良は 70.3 % に認められた。睡眠になんらかの不満をもっている人は 50.3 %、自分の睡眠が悪いと感じている人は 15.2 %、睡眠の問題により眠気などで日中に影響を受けていると感じている人は 33.3 % であった。

### 2 透析患者の SAS や RLS による生命予後

SAS と心  
血管障害

透析患者の SAS や RLS が生命予後に影響するかどうかの報告は少ない。腹膜透析患者の SAS が生命予後に影響するという報告がある<sup>3)</sup>。また夜間低酸素があると予後が不良という報告がある<sup>4)</sup>。透析患者においては心血管障害が死亡原因として重要視されているが、SAS は心血管障害の重要なリスク要因である<sup>5)</sup>。一般患者の SAS が生命予後に影響するという報告はいくつかあるが、なかでも Marin らは、重症 SAS があると健常者に比べて致死的心血管イベントは 2.87 倍、非致死的心血管イベントは 3.17 倍になると報告している<sup>6)</sup>。

RLS や PLM は一般には生命予後に関係なく、QOL の低下を起こすと考えられている。

#### 【用語解説】

##### ● 睡眠深度

睡眠は REM 睡眠と non-REM 睡眠に分かれている。成人の通常睡眠は non-REM 睡眠を起点として、non-REM 睡眠と REM 睡眠を一連に 80~90 分間隔で繰り返し、睡眠の後半ほど REM 睡眠の比率が増えている。REM 睡眠とは顔筋電

図の低下と急速眼球運動を伴うもので、non-REM 睡眠は浅い睡眠から深い睡眠の順に Stage 1, Stage 2, Stage 3 に分けられている。旧基準の Stage 4 は新基準では Stage 3 に含まれている。