

令和6年度 東京情報大学総合情報研究所プロジェクト研究
研究実績報告書

1. 研究課題名

患者の睡眠を考慮した援助方法の検討

2. 研究組織

区分	氏名	所属・職名
研究代表者	菅原 久純	看護学部 看護学科・助教
研究分担者	藤井 博英	看護学部 看護学科・教授
	宮野 公恵	看護学部 看護学科・嘱託准教授

3. 研究期間

2024 年 4 月 1 日～2025 年 3 月 31 日

4. 研究の目的

患者の睡眠を妨げない看護援助方法を検討するために以下の 2 つの目的で研究を実施した。

研究 1. 患者の睡眠を妨げない体位変換タイミングを明らかにする

研究 2. 体動困難な患者に対する睡眠中の最適な姿勢変更方法を明らかにするために、睡眠中の体動には接地面の体圧がどのように影響しているのかを明らかにする

5. 研究報告

研究 1.

これまでに 8 名のデータ収集が完了し、データ解析中である。

今回、睡眠中の被験者に対して浅睡眠と REM において体位変換を実施した。介入の翌朝の被験者の感想からは目立ってどちらが良いか悪いか判断するのが難しい状況であった。主観的評価指標とした睡眠満足感を測定した VAS の結果 (0 mm : 眠れなかった～100 mm : 良く眠れた) からは REM で良く眠れたと評価している者が多いが、無作為に設定した介入スケジュールにも関わらず、4 日目に REM の介入となったことが多い状況を考慮する必要がある。引き続き、客観的な測定指標である睡眠評価装置の結果からも、結果について検討していきたい。データ収集にあたって環境面の室温、湿度、確保した睡眠時間 (消灯時間から起床時間までの時間) は差がなくデータ収集することができた。

被験者毎の介入スケジュール

	1日目	2日目	3日目	4日目
被験者A	環境適応日	×	●	○
被験者B	環境適応日	○	●	×
被験者C	環境適応日	×	○	●
被験者D	環境適応日	○	×	●
被験者E	環境適応日	●	×	○
被験者F	環境適応日	○	×	●
被験者G	環境適応日	×	○	●
被験者H	環境適応日	×	○	●

介入なし	×
浅睡眠時介入	○
REM時介入	●

睡眠状態の主観的評価 (mm)

	介入なし	浅睡眠	REM
被験者A	51	57	79
被験者B	100	3	100
被験者C	22	47	欠損
被験者D	80	70	67
被験者E	75	64	70
被験者F	91	87	92
被験者G	100	100	100
被験者H	40	54	68

研究 2.

マットレスの硬さ、体圧分布の違いによる体動（寝返り）回数や状況の違いを検討するためのデータ収集は行ったが、解析までには至っていない。今後このデータの解析を進め、マットレスの硬さ、体圧分布の違いによる体動と睡眠状態の関係性について検討していく。

6. 成果の公表

今後、学内紀要に投稿することを予定している。

(2025 年 3 月 11 日 令和 6 年度総合情報研究所プロジェクト 研究成果報告会)