

氏名	西尾 ゆかり
学位の種類	修士(看護学)
学位記番号	修士第122号
学位授与年月日	平成21年3月25日
学位論文題目	2型糖尿病患者の主観的睡眠と血糖コントロールとの関連

## 論 文 内 容 要 旨

※整理番号	126	(ふりがな) 氏 名	にしお ゆかり 西尾 ゆかり
修士論文題目	2 型糖尿病患者の主観的睡眠と血糖コントロールとの関連		
<p>【研究目的】 外来通院中の 2 型糖尿病患者の主観的睡眠と血糖コントロールとの関連を明らかにすることを目的とする。また、性別、年齢別における主観的睡眠と血糖コントロールとの関連を明らかにする。</p> <p>【研究方法】 A 病院内内分泌代謝内科外来に通院中の 2 型糖尿病患者のうち、調査協力の得られた 198 名を対象とした。対象者から除外する基準に適合した 15 名を除外し、残りの 183 名 (92.4%) を分析対象とした。調査項目は、対象者の属性 (性別、年齢、糖尿病罹病期間、糖尿病合併症の有無等)、血糖コントロール状況 (HbA<sub>1c</sub> 値)、主観的睡眠 (日本語版 PSQI) とした。解析は、対象者全体の PSQI 総合得点および「睡眠の質」について、高得点群 (睡眠障害あり、睡眠の質が悪い)、低得点群 (睡眠障害なし、睡眠の質が良い) の 2 群とした。「睡眠時間」については、「6 時間未満」「6~7 時間」「7~8 時間」「8 時間以上」の 4 群と定めた。HbA<sub>1c</sub> 値との関連を検討するために t 検定、一元配置分散分析を行った。分散分析において有意差があった場合、Tukey の HSD 法による多重比較の検定を行った。また、HbA<sub>1c</sub> 値を従属変数とし、重回帰分析を行った。性別、年齢別においても、主観的睡眠と HbA<sub>1c</sub> 値との関連を検討するために t 検定、一元配置分散分析を行った。統計処理は、SPSS16.0 for Windows を使用し、統計学的有意水準は 5% とした。</p> <p>【結果】 分析対象者は、65 歳以上 88 名 (48.1%)、男性 106 名 (57.9%) であった。HbA<sub>1c</sub> 平均 6.66% であった。PSQI 総合得点の平均 5.1 点であり、「睡眠障害あり」の者 70 名 (38.3%) であった。さらに「睡眠障害あり」の者において「睡眠の質」が良いと回答したものが 36 名 (51.4%) であった。対象者全体における「睡眠の質」高得点群の平均 HbA<sub>1c</sub> 値は、低得点群より有意に高く (<math>p &lt; 0.05</math>)、「6 時間未満」群の HbA<sub>1c</sub> 値は、「8 時間以上」群より有意に高かった (<math>p &lt; 0.05</math>)。HbA<sub>1c</sub> 値を従属変数とした重回帰分析によって選択された主観的睡眠についての変数は「睡眠の質」のみであった (<math>\beta = 0.15</math>)。女性の「睡眠の質」高得点群の HbA<sub>1c</sub> 値は、低得点より有意に高く (<math>p &lt; 0.05</math>)、睡眠時間「6 時間未満」群の HbA<sub>1c</sub> 値は、「6~7 時間」群 (<math>p &lt; 0.01</math>) と「8 時間以上」群 (<math>p &lt; 0.05</math>) より有意に高かった。高齢者の「睡眠障害あり」の割合は 43.2% と中年者群より高い傾向にあり、高齢者の「睡眠の質」高得点群の HbA<sub>1c</sub> 値は、低得点群より有意に高かった (<math>p &lt; 0.01</math>)。</p> <p>【考察】 血糖コントロールが比較的良好な 2 型糖尿病患者の主観的睡眠の特徴は、睡眠障害の有症率が高くなる傾向である。しかし、患者自身は良好な睡眠が得られていない状態を自覚していないことが示唆された。女性の「睡眠の質」と「短時間睡眠」は、HbA<sub>1c</sub> 値と関連することが明らかとなった。特に中高年の女性は、女性ホルモン分泌変動など様々な身体的・精神的・社会的要因により、睡眠の問題を生じやすく、心身の症状に表れやすい。その症状の一つとして HbA<sub>1c</sub> 値が高くなる傾向にあったと考えられる。また、高齢者は睡眠の問題を抱えやすく、「睡眠の質」が悪いほど HbA<sub>1c</sub> 値が高くなる傾向であった。高齢者の睡眠問題は、自発性・意欲低下、日常生活活動低下などのさまざまな影響が現れやすい。2 型糖尿病の良好な血糖コントロールに必要なセルフケア行動にも大きな影響を及ぼす。「睡眠時間」については関連がみられなかったが、高齢者は日中の睡眠についても把握し睡眠問題に関連していないか検討する必要があると考える。</p> <p>【総括】 今後、外来での 2 型糖尿病患者への支援として、食事・運動指導やフットケア等に加え、主観的睡眠も含めた療養指導をする必要がある。直接、睡眠障害を訴えない患者に対しても、看護職が睡眠について積極的に尋ねることから、潜在的な睡眠障害の早期発見ができる可能性がある。</p>			

- (備考) 1. 研究の目的・方法・結果・考察・総括の順に記載すること。(1200 字程度)  
2. ※印の欄には記入しないこと。