

睡眠に関する患者 QOL 向上にむけて薬局薬剤師が果たすべき役割

石塚 菜央¹⁾、竹村 健志²⁾、前田 守³⁾、長谷川 佳孝³⁾、月岡 良太³⁾、森澤あずさ³⁾、大石美也³⁾

- 1) 株式会社ダイチク アイン薬局 村上店
- 2) 株式会社ダイチク
- 3) 株式会社アインホールディングス

【目的】「睡眠」は人間の生理的欲求の一つであり、これに対する満足度は QOL に大きく関係することが容易に推測される。そこで本研究では睡眠の現状と満足度を調査し、QOL 向上にむけて薬局薬剤師が果たすべき役割を考察した。

【方法】2018 年 12 月 3 日から 2019 年 2 月 28 日までに当社が新潟県で運営する薬局 5 店舗に来局した睡眠薬服用中の患者 43 名に紙面でのアンケートを行った。項目は「睡眠時間」「就寝・起床時刻」「中途覚醒の回数とその原因(複数回答可)」「睡眠への満足感」「昼寝の有無」「睡眠薬服用歴とその種類数」とした。結果は「睡眠への満足感」から満足群と不満足群に分け、有意水準 0.05 とした Welch's t 検定、カイニ乗検定、Fisher 正確確率検定で解析した。本研究はアイングループ医療研究倫理審査委員会の承認を得て実施した(承認番号:AHD-0005)。

【結果】満足群(26 名)と不満足群(17 名)の年齢(72.8 ± 11.5 歳、 70.1 ± 10.6 歳)、男性比率(42.3%、41.2%)、睡眠時間(7.2 ± 1.7 時間、 7.1 ± 1.5 時間)、就寝時刻(22.0 ± 1.0 時、 22.2 ± 1.5 時)、起床時刻(6.1 ± 1.2 時、 6.0 ± 0.9 時)、昼寝の実施率(50.0%、41.2%)、睡眠薬服用歴(5.8 ± 4.6 年、 6.3 ± 5.5 年)と種類数(1.2 ± 0.5 種類、 1.1 ± 0.2 種類)に有意差は見られなかった。中途覚醒は満足群の 80.8%、不満足群の 100%で生じており、その回数は満足群(1.2 ± 0.9 回)の方が、不満足群(2.3 ± 1.0 回)よりも有意に少なかった。中途覚醒の原因は両群とも「トイレに起きる(85.7%、100%)」が最も多かった。

【考察】本結果から睡眠への満足度に「中途覚醒の回数」が大きく影響し、その主な理由が「トイレに起きること」であり、排尿に関する治療の提案が、ひいては睡眠の改善に繋がることが示唆された。したがって、薬局薬剤師は患者 QOL 向上にむけて、「睡眠薬に関する提案」や「生活習慣の指導」などの睡眠への直接的介入だけにとらわれず、その根本的原因を患者聞き取り情報などから抽出し、対応することも必要と考える。

(第 13 回日本薬局学会(2019 年 10 月, 神戸)にて発表)