

<報道関係者各位>

2024年11月27日
株式会社サブリン

**睡眠時無呼吸のリスク計測サービス「Sleep Doc」、
自治体向けの実証実験にて高い評価**

エムスリーとソニーグループの合併会社である株式会社サブリン（本社：東京都港区、代表取締役：富山泰司）が提供する睡眠時無呼吸のリスク計測サービス「Sleep Doc」を自治体向け実証実験として北海道沼田町で実施しました。結果として、家族友人へのお勧め度、レポートのわかりやすさ、充実度合い、いずれについても高い評価を受けました。

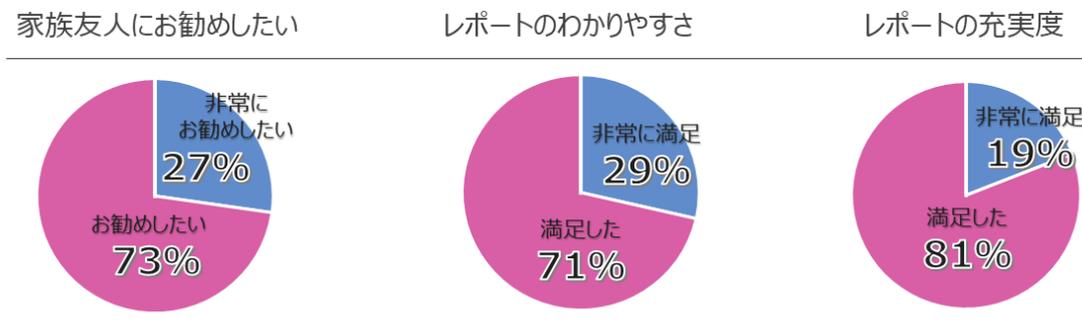


■背景

サブリンは、全国自治体に睡眠時無呼吸のリスク計測を提供し、睡眠時無呼吸のリスク認識と顕在化に寄与し、住民の健康寿命の延伸および未病対策に貢献したいと考えています。リスクを自宅できたんに計測し、専門の医療機関受診サポートを通じて、適切な治療につなげることを Sleep Doc の提供価値と捉え、自治体と連携した社会実装を目指しています。

実証実験の成果は以下になります。

■サービス利用後のアンケート調査結果



今回の実証実験を通じて、Sleep Doc を利用いただいた被験者で、睡眠時無呼吸のリスクが高いと判定された方が確認されました。サブリンの専属看護師による測定後フォロー面談を経て、実際にクリニックへ受診されたところ、CPAP 治療(シーパップ|持続陽圧呼吸療法。中等～重症の閉塞型

睡眠時無呼吸症候群の標準的治療法)につながる結果となりました。

■自治体担当者の声

沼田町は、人口減少とともに高齢化率も上昇している中、総人口 2,786 人（65 歳以上の高齢化率 45%）となっており、医療費や介護給付費の負担も増えている状況です。

睡眠時無呼吸症候群は特定健診だけではチェックしきれないことから、じつは気になっている人は多く、今回の Sleep Doc を実際に体験すれば多くの方に喜んでもらえるはずと捉えていました。限られた被験者の中から高リスクと判定された方が、実際に病院受診へつながった実績を見て、もっと多くの地域住民の方に活用できる体制を整えば、結果的に町の医療費軽減に寄与できるのではないかと考えております。

■ Sleep Doc 体験者インタビュー

・サービス利用のきっかけは？

-5~6 年ほど前からいびきや寝ている間に呼吸が止まっている等、家族からも指摘はあったが、日常生活に大きな支障を感じていなかったため、病院へ行く一歩を踏み出せていなかった。

-年齢を重ねるとともに、夜中に何度も目が覚めてトイレに行くことが増え、日中の集中力低下や人の話を聞いていると眠くなったり、運転中の眠気も気になっていたため、簡単に使えるならと応募した。

・睡眠時無呼吸の治療につながった経緯は？

-呼吸が止まっている状態の客観的な数値結果を見て、あらためて納得感があった。

-レポート内容もわかりやすく、自分なりに読み込んで、無料相談できる看護師のアドバイスと医療機関紹介を参考にしながら、通いやすい専門クリニックに受診することを決めた。

-医師に Sleep Doc レポート結果を見せて受診したところ、CPAP 治療の可能性が高いとの説明を受け、簡易検査を行わずに PSG 精密検査を勧められたのは有益だった。（検査要否は医師の診断による）

・CPAP 治療を始めてから、どのように変化がありましたか？

-数値の変化だけではなく、気持ち的にすっきりして、体が楽になったことが一番大きなプラス。

-朝すっきり起きることができて、夕方眠気を感じなくなり、しっかり眠れているとはこういうことかと実感。お酒を飲んでも夜中にトイレで目が覚めることも無く、家族からもいびきが止まり、静かだと好評。

-寝ている間に装着する CPAP 装置も違和感なく、1~2 か月継続中。3 か月ごとに通院が必要だが、医師からも深い睡眠が取れていて、無呼吸の状態も普通に返ってきていると言われている。

・どのような人に睡眠時無呼吸リスクチェックをお勧めしたい？

-受診の一歩が踏み出せていない、無呼吸が気になっている人は試してみて欲しい。

-いびきがあることは恥ずかしさもあるので、ウェアラブルデバイスをつけるだけの簡単なチェック方法は抵抗感が少ない。職場の同僚にも眠りが変化した体験を伝えたところ、病院受診を始めている。

-治療まで体験して初めてわかったが、こんなに気持ちが良い朝を迎えられるなら CPAP を続けようと思えている。

■実施概要

協力自治体：北海道沼田町役場 産業創出課

実施期間：2024年7月～9月

Sleep Doc 被験者に、4段階評価でアンケート実施

-非常にお勧めしたい、お勧めしたい、あまりお勧めしたくない、お勧めしたくない

-非常に満足した、満足した、あまり満足しなかった、満足しなかった

本実証実験の結果から、睡眠時無呼吸のリスク認識の意義は大きいと捉えています。睡眠時無呼吸症候群は、日本人の6人に1人が潜在患者と言われており、推定2,200万人の日本人が抱える国民病の1つです。しかし、睡眠時無呼吸は自分では気づきにくく、6割の人が自覚症状がないため、治療を受けているのは潜在患者の3%にとどまっているのが実態です。^{*1*2}

Sleep Doc は、睡眠時無呼吸リスク計測の推進を通じて、自治体が抱える健康課題解決の貢献を目指します。

■北海道沼田町について

沼田町では、住民の皆さんが安心して暮らせる環境整備の取組みにも力を入れています。

家電別の電力使用データを取得できる電力センサーを自宅の配電盤に設置して、予防・健康づくり・見守りから、QOLの維持、向上につなげている事例もあります。睡眠時無呼吸リスクなど健康データとICTを掛け合わせることで、医療費削減や予防未病対策につながる可能性を感じています。

■睡眠時無呼吸リスク計測サービス「Sleep Doc」について

Sleep Doc は、専用のウェアラブルデバイスを睡眠時に装着して、2日間分の睡眠計測をすることで、睡眠時無呼吸のリスクを自宅で簡単にチェックできるサービスです。計測結果は個人向けのレポートに加え、測定者全体の計測結果の分布・傾向を解説する総合レポートをご提示します。さらに、睡眠専門医による豊富な動画コンテンツの提供や、睡眠障害リスクチェック後のフォローアップとして看護師による電話相談や睡眠専門クリニックの紹介も行います。

Sleep Doc サービスサイト URL：<https://sleep-doc.jp/>

注釈

*1 Benjafield et al. (2019) Estimation of the global prevalence and burden of obstructive sleep apnea: a literature-based analysis. *Lancet Respir Med.* 7(8):687-698.

*2 社会医療診療行為別統計（旧：社会医療診療行為別調査） / 社会医療診療行為別統計 / 令和2年社会医療診療行為別統計 旧報告書 1 診療行為・調剤行為の状況 医科診療

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社サプリム

TEL : 050-1745-9310 担当 : 金子、久司

email: sd-contact@saplym.com

※平日 10 : 00~17 : 00 (土・日・祝・年末年始を除く)