

睡眠 & 疲労検査 のご案内

こんな症状、ありませんか？



- ✓ 一晩寝ても疲れが取れない。
- ✓ ずっと疲れた感じがする。
- ✓ 日常生活や社会生活に支障きたす。



感染症

インフルエンザウイルス
ヘルペスウイルス など



生活環境
ストレス

過重労働
人間関係
騒音
不眠 など

この様な要因によって、
集中力・意欲低下、倦怠感、生活習慣病、心の病気など、
さまざまな疾患を起こしてしまいます。

MIクリニックでは、2020年4月から新しい検診として「疲労&睡眠検査」をはじめました。これまで客観的な評価が難しかった「疲労」を、国内疲労研究の第一人者である倉恒 弘彦先生による監修のもと、精度の高い検診を提供いたします。

「心身の状態を知り、生活習慣を見直すきっかけ」
にしてみたいかがでしょうか。



倉恒 弘彦 先生
大阪市立大学医学部代謝内分泌
病態内科学客員教授
株式会社FMCC代表取締役

● 睡眠 & 疲労検査

44,000円(税込)

※消費税率10%

検査内容

睡眠脳波検査(スリープスコープ) ※図1

睡眠時に計測した脳波を分析し、睡眠の質(寝つき、中途覚醒、熟睡度)や睡眠リズムを評価します。



図1

睡眠・覚醒リズム検査 ※図2

腕時計型の検査機器を用いて、日中の活動量、睡眠・覚醒の時間を48時間記録し、睡眠障害の有無などを評価します。



図2

暗算負荷テスト

限られた時間内に、たくさんの暗算問題を解き、集中力・判断力・持続力を評価します。

酸化ストレス度・抗酸化力測定(血中濃度)

ストレスが蓄積すると活性酸素が過剰に生成され、早い老化や病気をもたらし、抗酸化力は、過剰な活性酸素を打ち消す力があります。血中の活性酸素・抗酸化力を測定します。

疲労心理検査

ピッツバーグ(PSQI)睡眠質問票：過去1か月間における睡眠習慣を点数化することにより、主観的睡眠の質全体を評価します。

抑うつ尺度SDS：抑うつ傾向の度合いを数値化することで判断します。

疲労・ストレス問診：生活習慣、就労状況、現在の疲労状況を把握します。

疲労度7因子：前頭葉機能障害、不安定抑うつ症状、自律神経失調症状、感染症症状、不眠・過眠を評価します。

自律神経測定(疲労ストレス測定) ※図3

脈波計を使用して、交感神経・副交感神経のバランスを評価します。

ネイルをされていると、検査ができませんのでご注意ください。



図3

疲労専門医による医療相談

疲労専門医による医療相談を実施します。疲労検診結果の説明に加えて、疲労に対するご相談もしていただけます。