

子どもの睡眠と情緒・行動上の問題に関する研究： 一般児童および被虐待児のデータを用いた検討

岡田, 真一

<https://hdl.handle.net/2324/1931977>

出版情報：九州大学, 2017, 博士（感性学）, 課程博士
バージョン：
権利関係：やむを得ない事由により本文ファイル非公開（3）

子どもの睡眠と情緒・行動上の問題に関する研究：一般児童
および被虐待児のデータを用いた検討

博士論文要約

九州大学統合新領域学府ユーズー感性学専攻

3FS15001S 岡田真一

目次

第一章 緒言：子どもの睡眠、情動・行動の現状について.....	3
要約.....	4
第二章 日本人の就学児童を対象とした簡易睡眠質問票の信頼性・妥当性の検討.....	5
要約.....	6
第三章 一般児童における睡眠と情緒・行動上の問題.....	7
要約.....	8
第四章 被虐待児における睡眠と情緒・行動上の問題.....	9
要約.....	10
第五章 総括.....	11
要約.....	12

第一章 緒言：子どもの睡眠、情動・行動の現状について

要約

第一章では、わが国における子どもの睡眠の現状について、睡眠習慣の実態と睡眠習慣に影響を与える要因としてメディア使用と家庭環境に焦点を当てて述べた。続けて、子どもの発達段階における睡眠について概説し、新生児期から青年期にかけての睡眠時間、睡眠の質、睡眠リズムにおける変化を示した。さらに、子どものメンタルヘルスの全体像と、影響を与える要因として心理社会的要因と生物学的要因を概観しつつ、情緒・行動上の問題が精神疾患発症のリスクとなる上で、睡眠問題が重要な因子として存在すること、睡眠問題と情緒・行動上の問題の関連の強さについて、様々なエビデンスを引用して示した。最後に、学童期から青年期にかけて起こる子どもの睡眠習慣および睡眠問題の実態、さらに睡眠と情緒・行動上の問題との関連を調べることで、日本人の子どもの睡眠問題に対する対処法の基となるエビデンス構築に貢献することが本研究の目的であると述べた。

第二章 日本人の就学児童を対象とした簡易睡眠質問票の 信頼性・妥当性の検討

要約

目的： これまで開発された睡眠質問票の中で、小児における睡眠問題の早期発見を目的とした、簡便かつ信頼性および妥当性が確認された質問票は少ない。本研究の目的は、既存尺度より少ない項目で質問票を作成し、一般児童および睡眠障害リスクの高い児童において信頼性、妥当性を評価することであった。

方法： 解析対象となったデータは、Children's Sleep Habit Questionnaire (CSHQ) 睡眠質問票に回答した2つの集団から抽出された。日本の小学校に通う一般児童(178名)および小児精神科で精神疾患を診断された患児(432名)(いずれも6~12歳)。新質問票はCSHQから部分的に作成された。

結果： 新しく作成された簡易版子ども睡眠質問票(19項目)は、許容可能な内部一貫性(=0.65)が確認された。CSHQにおける睡眠障害識別のための分割点(カットオフ値)を用いて、新質問票の合計得点の弁別妥当性(27.2±3.9 vs 22.0±2.1, P<0.001)およびROC分析による感度(0.83)、特異度(0.78)が確認された。新質問票の合計得点はCSHQの合計得点(r=0.81, p<0.001)および各サブスケールの得点(r=0.29-0.65, p<0.001)と有意に相関していた。

結論： 新質問票は、一般児童と高リスク児童の双方で十分な信頼性と妥当性、CSHQと同様の検出能を有することが確認された。ゆえに新質問票は子どもの睡眠問題を検出するのに有用な尺度と考えられた。

第二章は、Okada M, Kitamura S, Iwadare Y, Tachimori H, Kamei Y, Higuchi S, et al. Reliability and validity of a brief sleep questionnaire for children in Japan. J. Physiol. Anthropol. 2017;36:35. を基に再構成したものである。

第三章 一般児童における睡眠と情緒・行動上の問題

要約

目的： 睡眠障害と情緒・行動上の問題および精神疾患との強い関連について多くの研究がなされているが、日本の一般児童における睡眠問題の実態や睡眠と情緒・行動との関連については十分に明らかにされていない。本研究では、日本の小学校、中学校に通う一般児童を対象に、睡眠習慣、睡眠問題の実態や睡眠障害の罹患状況を把握するとともに、情緒・行動上の問題との関連性を調べることを目的とした。

方法： 日本の 10 地域に所在する 148 小学校、71 中学校の通常学級に在籍する児童・生徒 87,548 名を対象に、簡易子ども睡眠質問票を用いた睡眠習慣および睡眠障害の頻度の調査、および子どもの情緒・行動上の問題を検出する標準的な質問票を用いた調査を実施した。

結果： すべての項目に対して回答が得られた 23,804 名を解析対象とした。対象児童・生徒の就床時刻は学年が進むにつれて後退がみられ、小学 1 年から中学 3 年までの 9 年間で睡眠時間は 2.2 時間減少していた。18.8%の児童・生徒が何らかの睡眠障害の存在が疑われた。低学年で就床時と起床時の症状が多くみられた一方、高学年では起床時と日中の眠気が増加していた。情緒・行動上の問題を有する児童・生徒では各睡眠問題および睡眠障害の頻度が有意に高く、特に、情緒面、行為面、多動性・不注意の問題を抱える子どもでは睡眠障害の頻度が高かった。

結論： 生活リズムが大きく変わるタイミングでは睡眠習慣や睡眠問題に対するケアが必要であるとともに、情緒・行動上の問題を抱えている子どもには、睡眠障害の存在を疑い、必要に応じて治療介入を検討すべきであると考えられた。

第四章 被虐待児における睡眠と情緒・行動上の問題

要約

目的： 被虐待児の社会的養護と心理的ケアが今日的課題である。小児期の虐待は情緒・行動に深刻な影響を及ぼすが、情緒・行動の制御と関連の深い睡眠状態への影響についてはほとんど明らかにされていない。本研究では、日本の社会的養護を受けている被虐待児を対象に、睡眠習慣および睡眠障害の罹患実態を把握するとともに、情緒・行動上の問題との関連を調べることを目的とした。

方法： 日本の社会的養護施設に入所している被虐待児 273 人（4-15 歳）を対象にした。対象児童の評価は、児童養護や虐待に関する専門的知識を有する施設の医師および担当職員が行い、簡易睡眠質問票を用いた睡眠習慣の問題、睡眠障害の頻度、および情緒・行動上の問題等について調査票に記載した。

結果： 被虐待児の約 4 割が就床時や起床時に何らかの睡眠関連症状を抱えており、2 割の児童は何らかの睡眠障害の存在が疑われた。情緒・行動上の問題を抱える被虐待児では睡眠障害の頻度が有意に高く、特に反社会的行動傾向、抑うつ傾向を有する被虐待児では睡眠障害の頻度が高かった。睡眠障害の予測モデルにおいても、反社会的行動傾向および抑うつ傾向が有意な予測因子として挙げられた。

結論： 情緒・行動の問題を抱える被虐待児においては睡眠障害の存在を疑い、適切な治療介入の要否を検討すべきである。

第五章 総括

要約

第五章では、子どもの睡眠と情緒・行動上の問題の関連について、一般児童および被虐待児データの比較を踏まえて本研究で得られた結果を総括するとともに、今後の研究への展望について述べた。第二章で作成した子ども睡眠質問票を用い、第三章と第四章で実施した研究結果から、一般児童、被虐待児のいずれにおいても、情緒・行動上の問題を有する場合には睡眠問題および睡眠障害の割合が増加することが示された。また、特に、抑うつ傾向（情緒面の問題）、注意欠陥・多動傾向（多動性・不注意）、反社会的行動傾向（行為面の問題）を有する子どもで、何らかの睡眠問題ないし睡眠障害の疑いとの強い関連がみられたことも共通した結果となったことから、一般児童、高リスク児のいずれの児童においても睡眠障害と特定の情緒・行動上の関連が明らかとなった。また、特に悪夢や夜驚など特定の睡眠疾患関連症状に対する注意が必要であることも示された。

本研究は横断研究であることから、睡眠問題と情緒・行動上の問題の因果関係については言及できなかったが、第四章の二項ロジスティック回帰分析の結果から睡眠障害疑いの予測因子として情緒・行動上の問題が特定されたことから、情緒・行動上の問題が睡眠障害を予測する可能性が示された。今後は、それぞれの情緒・行動上の問題の予測因子として、どの睡眠問題が該当するのか同様に回帰分析等の手法を用いることで、睡眠問題と情緒・行動上の問題の双方向の関係性を明らかにすることが可能と考えられた。

また、睡眠障害の予測因子として同定された、反社会的行動傾向と抑うつ傾向の双方と関連の深い情緒・行動上の問題として愛着関係の問題が挙げられるが、本研究では睡眠との明確な関連は認められなかった。今後の研究では、本研究で用いた睡眠問題、情緒・行動上の問題に関する尺度に加え、内的ワーキングモデルに基づいて開発された愛着関係に関する尺度等を活用することで、児童期、青年期から成人期の愛着関係と他の情動・行動との関連、睡眠との関連を調査し、子どもの睡眠と情動・行動上の問題との関連をより深く明らかにできると考えられた。