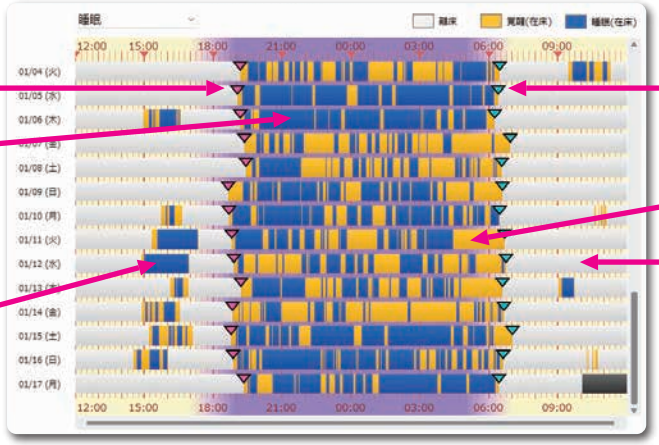
②睡眠状況の見える化

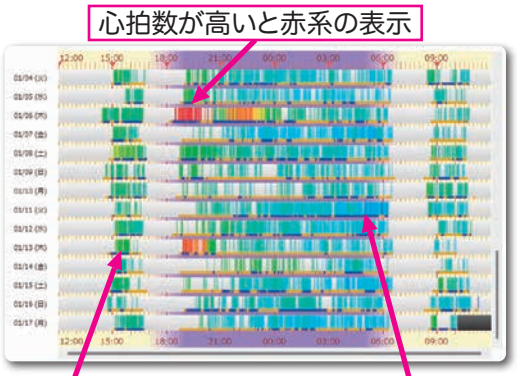
・睡眠状況や生活習慣を確認でき、測定データから睡眠日誌を自動作成できる。
・職員間の情報共有や睡眠導入剤等の効果検証ができる。
・ケアプランに反映し家族に報告できる。



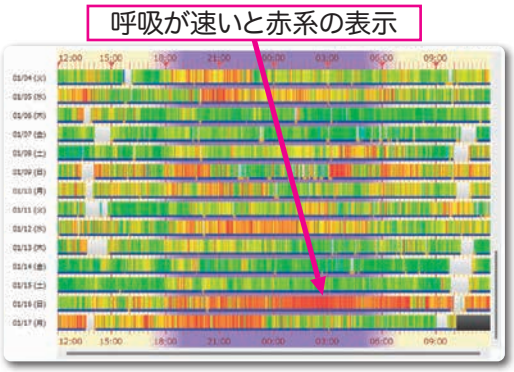
▲中途覚醒があるAさんの睡眠日誌

③身体状況の把握

・呼吸と心拍数の長期変動を日誌として一覧できる。
・呼吸と心拍数の推移を見る事で体調の変化に気づきやすくなる。



▲Bさんの心拍日誌



▲呼吸器疾患のあるCさんの呼吸日誌

※導入後の感想

○メリット
・導入前は、決められた時間に排泄の交換を行っていたが、眠りの状態を把握できるようになり、眠りを妨げずケアができるようになった。
・データが蓄積することにより、実際に眠っている時間帯を把握することができる。前夜の睡眠時間を確認できることで一日の過ごし方を考慮することができている。
・入居者がベッド上で起き上がった時点でアラームが鳴るため早めの対応ができ、本来ならヒヤリハットや事故につながることが予防できている。
・離床センサーマットを外すことができた。

○デメリット
・モニターでは眠っている状態でも、実際には起きていることがあったため定期的な訪室は欠かせない。

　私たち職員にとって睡眠状態をデータでいつでも把握することができる眠りスキャンは、日常のケアを行う上でサポートしてくれる欠かせないツールのひとつとなっています。
　導入後、実際に日中の過ごし方が夜間の睡眠の質に繋がることが多いことがわかりました。まだ、本来の機能を使いこなせていない部分もありますが、今後もデータを活用しながら個別ケアを提供していきたいと思います。