

— 専門家による総合評価



**睡眠障害が疑われます。
医療機関の受診をお勧めします。**



【評価の目安】

- A: 健やかな睡眠です。睡眠障害を疑う所見はありません。
 B: 大きな問題はありませんが、生活・睡眠習慣に注意しましょう。
 C: 睡眠の改善が必要です。コメントを参考に改善に取り組みましょう。
 D: 睡眠障害が疑われます。医療機関の受診をお勧めします。
 E: その他（コメントをご確認ください）

評価理由

中等症以上の睡眠時無呼吸症候群に該当する疑いが高いです。精査のため早めに医療機関を受診してください。

< 専門家による総合評価について >

当睡眠検査は、睡眠時の脳波と血中酸素ウェルネスの測定結果、質問票回答から、睡眠トラブルのリスクも踏まえ、専門家が睡眠を総合的に評価しています。「脳のぐっすり度」が良好でも、睡眠トラブルのリスクが認められれば、総合評価は低くなる場合があります。「脳のぐっすり度」評価と乖離がある場合は、こちらの評価結果を優先して参照ください。

— 脳のぐっすり度評価

ぐっすり脳波スコア

358 /1000

※脳波から自動算出した評価で「専門家による総合評価」とは異なります。
 ※乖離がある場合は専門家評価を優先してください

悪い

やや悪い

良好

解析した「睡眠の量」と「睡眠の質」から、脳の「ぐっすり度」をスコア化（1000点満点）し自動的に算出。

睡眠の量

50 /100

悪い

やや少ない

良好

眠っていたと判定された時間を合計し、自動的にスコア算出し年代別の基準値で評価。

睡眠の質

47 /100

悪い

やや悪い

良好

解析した「REMの割合」「N3の量」「睡眠安定度」から、自動的にスコア算出し年代別の基準値で評価。

対象の晩 2023/3/13 01:06～2023/3/13 07:34

計測晩ごとにぐっすり脳波スコアを算出し、中央値を示した晩をあなたの平均的な睡眠として表示。

< 脳のぐっすり度合評価について >

㈱S'UIMIN独自のアルゴリズムにより、脳波の解析結果から自動的に算出しています。スコアは1晩ずつ算出し、上記には中央値を示した晩のスコアを表示しています。スコアは睡眠トラブルリスクを考慮していないため、専門家による総合評価と乖離がある場合があります（例：総合評価「D」、ぐっすり脳波スコア「900」など）。その場合は、専門家による総合評価を優先して参照してください。特に、「専門家による睡眠トラブルスクリーニング（p,3）」を参照し、睡眠時無呼吸症候群などのリスク指摘がないか確認ください。