

不眠の生理学的メカニズムの解明



氏名 有竹 清夏 准教授

所属 健康開発学科

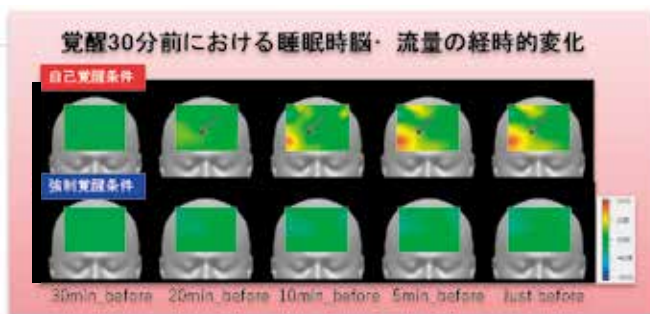
URL <https://www.spu.ac.jp/academics/db/tabid334.html?pdid=225ari>

研究分野 ●臨床生理学
●睡眠医学
●時間生物学

キーワード 睡眠、不眠、脳波、体温、認知科学、女性、運動、足浴、睡眠衛生、脳機能

研究シーズの概要

長年にわたり毎夜ほとんど眠れないと訴える人の中には、夜間の睡眠検査で実際の睡眠状態を見てみると、7時間以上眠れているという場合があります。こういった実際の睡眠状態と本人が自覚している睡眠状態が異なるという主観的睡眠と客観的睡眠の乖離（ズレ）は中高年齢者や女性にもみられており、その原因を探る基盤研究・臨床研究を行っています。



共同・受託研究のご提案

1. 在宅計測機器を用いた不眠の病態特性を探る研究
2. 更年期女性の不眠の障害特性と病態生理メカニズムに関する研究

特定講座のご提案

1. 睡眠の基礎に関する情報提供
2. 睡眠障害に関する情報提供
3. 睡眠計測・睡眠判定基準に関する情報提供
4. 睡眠の臨床研究に関する情報提供

研究テーマ

- 睡眠中の時間感覚に関する生理学的メカニズムの解明
- 身体運動が睡眠中の生理機能及び認知機能に与える効果に関する研究
- 身体運動・足浴が女性の体温リズムと睡眠に与える効果に関する研究
- 睡眠呼吸障害患者に生じる脚運動と心血管疾患リスクに関する研究（共同研究）
- 地域包括に向けた高齢者の睡眠マネジメントに関する研究（共同研究）
- 音楽が入眠及び目覚めに与える効果に関する研究（共同研究）
- 睡眠衛生、QOL、疲労に関する疫学研究 など