

## 別紙

### ■発表概要

学会名: ISPOR Europe 2025

発表演題: Association Between Subjective Sleep Quality and Quality of Life (QOL) linked with claims data in the DeSC Healthcare Database in Japan

著者: 佐道 准也(DeSCヘルスケア)、井筒 弥那子(DeSCヘルスケア)、幡鎌 晃子(DeSCヘルスケア)、五十嵐 中(東京大学)

### ■発表の背景とDeSCデータベースの有用性

近年、レセプトデータを用いたデータベース研究が盛んに行われていますが、従来のデータベースでは、患者さんの主観的な評価(QOLや睡眠の満足度など)や、健康診断以外のタイミングでの測定データ(身長・体重など)が不足しているという課題がありました。

DeSCヘルスケアが提供する匿名加工情報である「DeSCデータベース」は、レセプトデータに加え、kencom®アプリを通じて一部の利用者(回答者)からの同意に基づきアンケート形式で取得したPROデータを収載しています。これにより、従来のデータベース研究の欠点を補完し、治療効果や日々の健康状態が主観的な睡眠状態やQOLに与える影響など、より多角的な分析が可能となります。

### ■学会発表の概要と明らかになったこと

今回、このDeSCデータベースの特性を活かし、日本国内のkencom®利用者を対象に、主観的な睡眠の質とQOLの関連性について調査を行いました。

#### ＜研究目的＞

レセプトデータとPROデータを用い、日本の健康保険組合・国民健康保険加入者における睡眠障害とQOLの関連性を調査する。

#### ＜研究方法＞

2021年(19,366人)と2022年(25,176人)に実施したアンケート調査データと、同一コホートのレセプトデータを分析。睡眠の質を「ピツツバーグ睡眠質問票(PSQI)」、QOLを「EQ-5D-5L」の国際的な指標を用いて評価し、重回帰分析(年齢、性別、併存疾患の重症度、医療費などの影響を取り除いた上で睡眠の質とQOLの関係を分析できる統計手法)を用いて両者の関連性を検討しました。

#### ＜研究結果＞

参加者の約3割が「睡眠の質が低い」状態:

参加者の平均年齢は49.3歳で、30.1%が「睡眠の質が低い(PSQIスコア > 5)」と報告しました。

睡眠の質が低いほど、QOLが低い傾向を実証:

分析の結果、「PSQIスコアが高い(睡眠の質が低い)ほど、EQ-5D-5Lで計算されたQOLスコアが低い」という統計的に有意な負の相関関係が明確に確認されました。(2021年・2022年ともに一貫した結果)

睡眠の質の変化は、QOLの変化とも相関：

両方の調査に回答した12,638人の縦断的分析(2021年から2022年への変化の追跡)においても、「睡眠の質が改善すると、QOLも改善する」という相関関係が見られました。

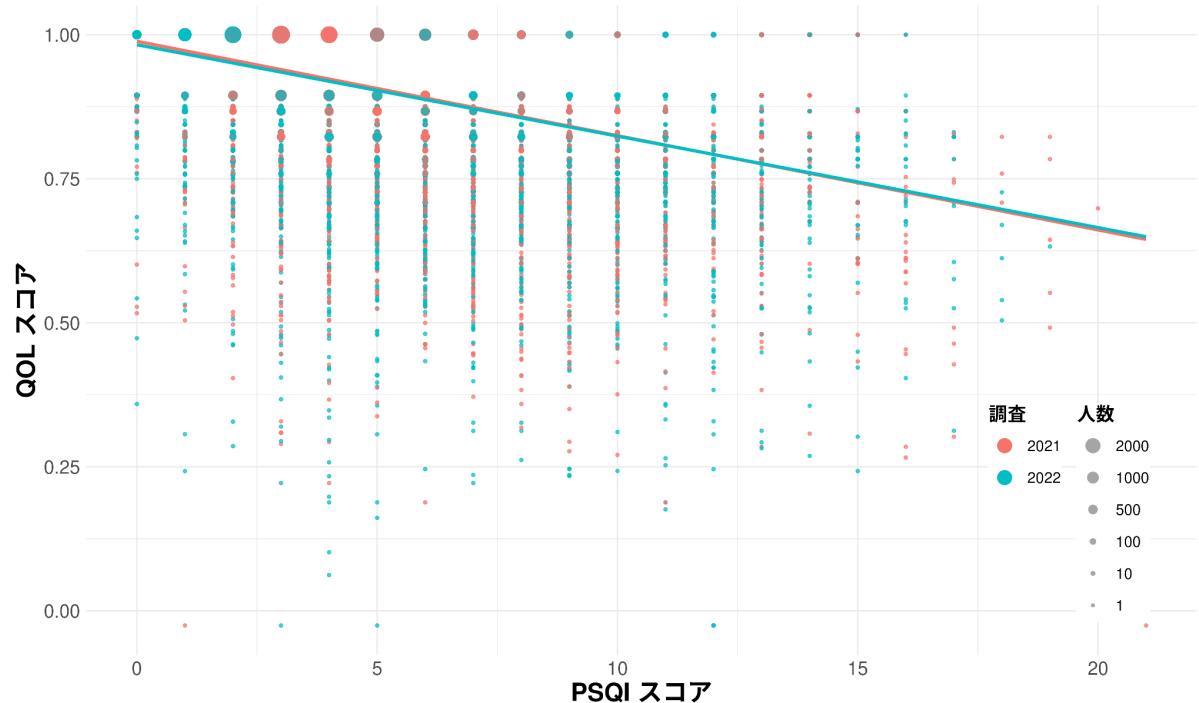


図. 調査別 PSQI(睡眠の質)とQOL(生活の質)スコアの関係

分析の結果、PSQIスコアとQOLスコアの間には、統計的に有意な負の相関が認められました。これは、睡眠の質が低いほど、QOL(生活の質)も低下するという関係性を示しています。この強い関連性は、2021年と2022年の両調査において一貫して確認され、統計的にも有意な結果となりました。

#### < 結論と意義 >

本研究により、自己報告による睡眠の質とQOLとの間に強固な関連性があることが大規模データで実証されました。この知見は、QOLを維持・改善するために、睡眠の質の低下を早期に特定し、睡眠障害に対して適時かつ持続的な治療介入を行うことの重要性を強く示唆するものです。

## ■今後の展望

今後は、睡眠の質やQOLなどのPROと将来的な疾患の罹患や重症化の関連についての研究を進めることで、日々の健康状態と疾病との関連性を明らかにし、個人のより良い健康づくりに寄与するサービスを提供することを目指します。

\* PRO: Patient Reported Outcome(患者報告アウトカム)を意味し、臨床検査値や画像のような客観的な指標ではなく、患者の治療満足度やQOLなどを主観的に評価した指標です。近年は、承認申請時のデータなどにも使われ、重要性が高まっています。

\* PSQI: 睡眠の質を「睡眠の質」「睡眠効率」などの7項目の質問票で推計し、21点満点で評価する指標です。

\* EQ-5D-5L: QOLを「移動の程度」「身の回りの管理」「ふだんの活動」「痛み/不快感」「不安/ふさぎ込み」の5項目について5段階で質問し、1点満点のQOL値を計算して評価する指標です。