

論文の内容の要旨

氏名：木 下 優

専攻分野の名称：博士（医学）

論文題名：思春期学生の起床困難に関する全国横断調査

全国規模の調査により、思春期学生における起床困難による遅刻の有訴者率と関連する要因を明らかにする。

本研究のデザインは横断研究である。2012年に日本全国よりランダムサンプリングに選択した中学校140校（65,053名）および高等学校124校（101,591名）に在籍する生徒を対象に、自記式質問調査票を用い実施した調査をもとに研究を行った。起床困難の有訴者率を算出し、起床困難による遅刻・欠席の有訴者率と性別および学年との関連について、それぞれ χ^2 検定を用いて検定した。また、起床困難による遅刻・欠席の経験の有無を目的変数としたロジスティック回帰分析を行った。

94校の中学校と85校の高等学校が調査参加を表明し、調査に同意し回答したのは中学生38,871名、高校生62,263名であった（回答率：60.7%）。回答のうち無効データを除いた中学生38,494名、高校生61,556名を解析対象とした。30日間のうち1回以上の起床困難による遅刻／欠席の有訴者率は、中学生男子ではそれぞれ10.9%/2.9%、女子では7.7%/2.0%であった。また、高校生男子では15.5%/5.6%、女子では14.4%/5.9%であった。 χ^2 検定により、学年、性別と起床困難による遅刻の有訴者率に有意な関連が認められた。更に、起床困難による遅刻・欠席の経験に関連する因子として、男子であること、学年が高いこと、大学への進学希望がないこと、就寝時刻が遅いこと、入眠困難があること、早朝覚醒があること、テレビ視聴時間が長いこと、インターネット使用時間が長いこと、飲酒していること、喫煙していること、学校生活を楽しくないこと、気分の落ち込みがあること、午前中調子が悪いことが関連する因子として同定された。

本研究は、思春期学生における起床困難について、私の知りうる範囲において世界で初めて検討された国民代表性の高い疫学研究である。思春期学生における起床困難において、年齢や性別、睡眠の状態を含めた生活習慣および精神状態がリスク因子であること、睡眠・覚醒相後退障害（Delayed Sleep-Wake Phase Disorder; DSWPD）や起立性調節障害（orthostatic dysregulation; OD）といった基礎疾患の存在の可能性が示唆された。学校保健活動においてこれらの点に着目することが重要である。また、本研究で得られた結果は、今後の疫学研究の発展にも活用できると考えられる。