

## 睡眠時無呼吸症候群とは

夜間寝ている間に頻繁に呼吸が止まったり、浅くなったりする病気です。

日中の生活に支障が出たり、生活習慣病などの病気のリスクがあります。

### 日常での影響



眠気による生産性の低下

重大な事故や、労災の誘発

いびきによる他者への影響

### 病気のリスク



生活習慣病のリスク



高血圧、心筋梗塞、脳卒中のリスク



自分では気づきにくい寝てる間の呼吸を可視化することができれば、改善できる可能性があります。

### 睡眠改善

日中の眠気軽減・生産性の向上



交通事故・労災の減少

健康増進



Wellnee  
sleep



### 製品仕様

- 重さ : 【本体】7.3g ※ベルト別  
大きさ : 【本体】41.4×28.5×7.3mm  
稼働時間 : 約1週間 (8時間測定/日の場合)  
最大データ長 : 約12時間 (波形全データ記録)  
約2週間 (トレンド波形のみ記録)  
通信方式 : 有線 (USB Type-C)  
無線 (Bluetooth)

### 測定項目

- 呼吸 : 推定無呼吸低呼吸指数(姿勢ごと)・  
低呼吸時間・呼吸回数  
睡眠の質 : 睡眠時間・寝具内温度・  
中途覚醒回数・深い睡眠の割合  
寝姿勢 : 寝返り回数・体動回数・寝姿勢割合  
表示波形 : 呼吸回数・呼吸量・姿勢変化・  
睡眠深度・体動

※ウェルネー・スリープは医療用機器ではありません。  
如何なる疾病の診断・予防に用いることはできません。

## information

POSH WELLNESS LABORATORY株式会社

〒107-0051  
東京都港区元赤坂1-5-20-401

☎ 03-6438-9822

FAX: 03-6438-9399

✉ contact@wellnee.jp

🌐 <https://sleep.wellnee.jp/>



Wellnee  
sleep



睡眠を覗いてみたら、  
会社がちよつと変わった。



# ウェルナー・スリープとは



■超小型の本体と、一本のベルトで、寝ている間の呼吸を含む、睡眠に関するさまざまな情報を取得できます。

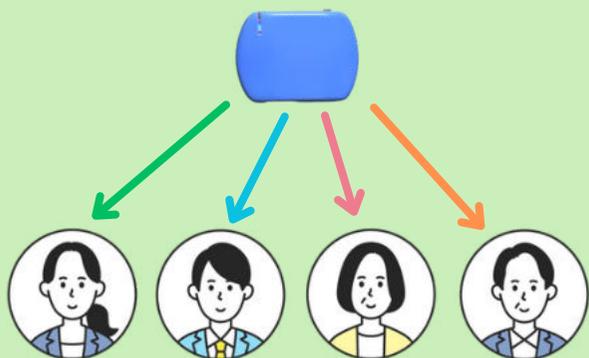
※取得情報は別ページの測定項目参照



■寝る前にベルトをお腹に巻くだけ。煩わしい操作はありません。

■1台を使いまわすことができ、本体を何個も用意する必要はなく、経済的です。

※ベルトは個人使用を推奨しています。



# ウェルナー・スリープの機能

■さまざまなデバイスでデータ閲覧  
PC・スマートフォンにより自分の睡眠の質・睡眠中の呼吸についての数値データ・波形データの閲覧ができます。



■睡眠レポートダウンロード

睡眠レポートをPDFデータで簡単にダウンロードができます。解説付きなので、せっかくとったデータをわからないままにしない。社員へ配布することで、健康経営にも。



# Q&A



実際どれぐらいの人が睡眠中の呼吸がよくなると判断されるの？

2023年10月に行われたK社さんでは、38人が測定をして、軽度の低呼吸が7人、中度・重度が1人ずつという結果になりました。

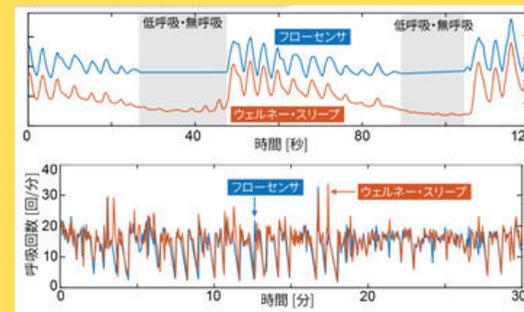
他の会社でも、軽度の人も含めると大体20%前後いる印象ですね。



測定が簡単そうだけど、呼吸のデータは正しいのかな？

フローセンサーと比較したグラフが下のものになります。フローセンサーで呼吸波形が消失した時に、ウェルナー・スリープでも同様に呼吸の波形が消失しているのがわかります。

このように比較実験を行い、精度確認をしています。



呼吸が浅いのがわかったら、そのあとどうしたらいいの？

程度にもよりますが、生活習慣や睡眠環境の見直し、ダイエット、寝る前のお酒を控えたり、枕を変えるだけでよくなる人もいます。

日中の眠気やいびきで悩んでいた、結果が気になる人は、低呼吸の程度により、複数の外部相談先もご案内しています。

