

ぐっすり脳波検査と簡易睡眠時無呼吸検査の比較表

	ぐっすり脳波検査	簡易睡眠時無呼吸検査
検査方法	自宅に送付される検査機器をご自身で装着。 決められた位置にセンサーを着ける。	検査機器をお持ち帰りいただき、睡眠時無呼吸モニター機器をご自身で装着。 お腹にバンドで小さな機械、鼻と指にセンサーを着ける。
メリット	・脳波を測定するため、睡眠段階（レム睡眠、ノンレム睡眠の深さ）や覚醒の判定が可能。 ・睡眠時無呼吸症候群以外の睡眠障害の可能性につながる情報が得られる。 ・脳波データに基づいたレポートと、睡眠改善アドバイスが提供される。 ・専用ホームページから簡単に申し込める。結果もWebで確認可能。 ・健診センターへの来館不要。	・検査費用が安価。（ぐっすり脳波検査に比べ） ・検査機器の装着が比較的容易。 ・健診センターへご来館いただき、機器の受け取りと返却が必要。
デメリット	・簡易睡眠時無呼吸検査に比べ、検査価格が高額。 ・脳波測定のためのセンサーに違和感を感じることもある。 ・確定診断には医療機関での精密検査が必要となる。	・主に呼吸や酸素に関わるデータが中心であり、睡眠全体の質や他の睡眠障害に関する情報は限定的。 ・確定診断には、原則医療機関での精密検査が必要となる。
価格(税込)	2晩プラン 14,850円(税込) 5晩プラン 24,750円(税込)	8,800円(税込)
こんな方におすすめ	・自分の睡眠の質を見たい ・日中に眠い原因が知りたい ・睡眠改善アドバイスが欲しい	・睡眠時無呼吸症候群の有無を知りたい