

もしこんな症状があったら...



睡眠時無呼吸症候群の疑いがある！？

睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠時無呼吸症候群(Sleep Apnea Syndrome:SAS)とは

睡眠中に無呼吸を繰り返し、その結果、日中に眠くなる、熟睡感がない、起床時の頭痛などの様々の症状を呈する疾患です。

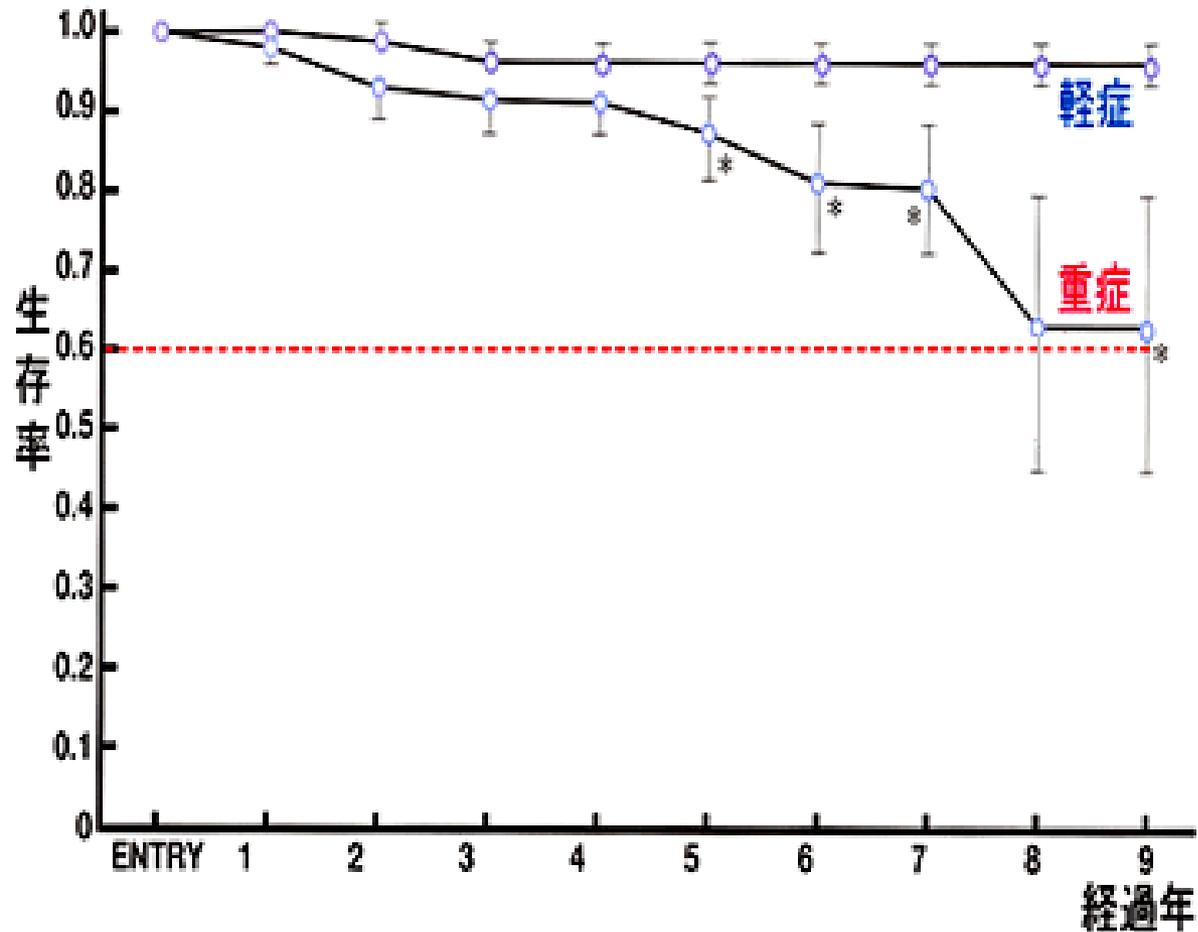
具体的には、無呼吸(10秒以上の呼吸停止)をひと晩7時間の睡眠中に30回以上、あるいは1時間当たりに5回以上起こす病態です。

SASは生活習慣病と密接に関係しており、放置すると生命の危険に及ぶこともあります。また、特有の眠気は交通事故を起こす危険もあり、早期に適切な治療をすることが大切です。



こんなデータも...

重症の睡眠時無呼吸症候群の患者さんは合併症などのために約4割の方が9年後に亡くなっているというデータがあります。



SASの検査は

無呼吸の合併が疑われる場合
治療抵抗性の高血圧・早朝高血圧・慢性心不全
不整脈(心房細動など)・脳血管障害・腎不全など

スクリーニング・簡易無呼吸検査
日中の眠気の質問紙とパルスオキシメーター
または簡易無呼吸検査

SASの疑いがある場合

ポリソムノグラフィー
1泊または2泊入院

診断・治療・治療効果判定
無呼吸の病態、重症度に応じて
治療方法が決定されます。

簡易検査<自宅で実施>

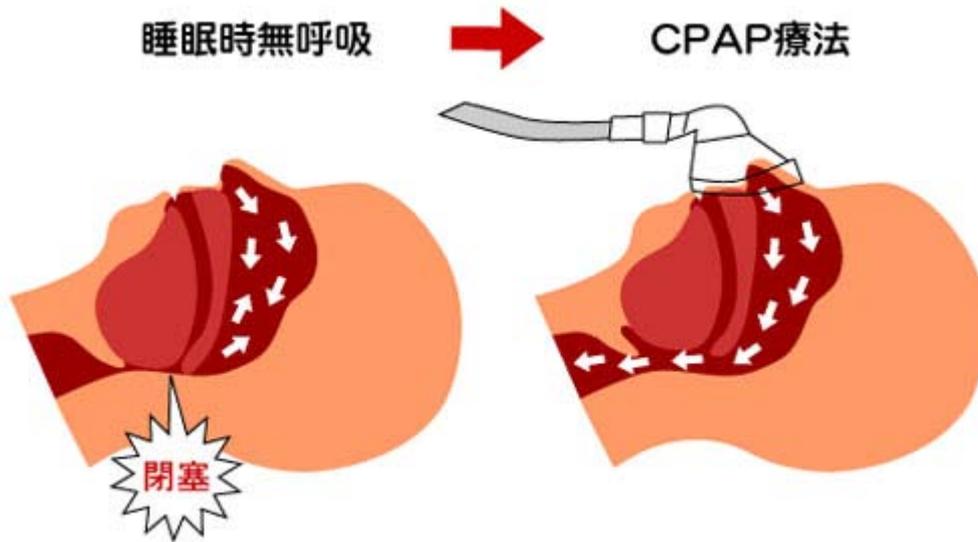


終夜睡眠ポリグラフ(PSG)検査<入院で実施>



SASの治療は

鼻に取り付けた専用マスクから、気道に空気を送り込み、気道を広げて呼吸の通りを確保する治療法(CPAP療法)です。高い安全性も認められており、世界的にもSAS治療法として普及している方法です。当クリニックから機器の貸し出しを受け、自宅で治療を行うことができます。



治療効果は...

CPAP療法を行うことによって、熟睡できるようになり、昼間の眠気から解放され、仕事や運転などでも眠気がなくなり集中できるようになることが多いです。

健康保険で中等症以上の睡眠時無呼吸症候群の方は保険が適応されております。但し健康保険でこの治療を受けられる場合、毎月必ず外来受診することが必要です。

重症の患者さんの場合は虚血性心臓病や脳血管障害による死亡のリスクを軽減することができることも報告されています。

治療効果は、翌朝から劇的な効果を実感できる場合もありますが、そうでなく徐々に効果を体感できる方が多いです。

導入当初のマスクや、空気圧の違和感などは、個人差がありますが、たとえ当初違和感が強くても徐々に慣れてしまうことが多いです。



セルフチェックシートを参考
にしてSASをチェックしてみましょう！

[http://www.tokyo-
sleep.jp/self_check/index.html](http://www.tokyo-sleep.jp/self_check/index.html)