

Sleep Apnea Syndrome

睡眠時無呼吸症候群と CPAP療法について

こやまクリニック

睡眠時無呼吸症候群とは

この病気は、激しい「いびき」を発したり、睡眠中に10秒以上の「呼吸停止」が頻回に起こります。

その結果、日中のこらえきれない「眠気」や「頭痛」「倦怠感」といった症状が出ることで、交通事故をはじめとする、あらゆる労災事故を引き起こす危険性が高まる怖い病気です。



運転中や仕事中の強い眠気



頭重感・倦怠感



夜間頻尿



大きないびき

無呼吸になる原因

睡眠時無呼吸症候群(SAS)を発症するおもな原因にはつぎのようなものがあります。

- 太っていてあごや首に脂肪がついている
- アデノイドなどの病気により、扁桃が肥大している
- 花粉症やアレルギーなどで、鼻が詰まりやすい
- アゴが小さい
- アルコールの摂取により筋肉がゆるんで、のどがふさがりやすくなる

無呼吸は太った人に多い病気と思われがちですが、日本人など東アジア系の人間ではやせていてもアゴが小さいなどの顔の特徴から、無呼吸になる人が多くみられます。

太っていないからと関係ないと判断するのは禁物です。



合併症

睡眠時無呼吸症候群による合併症は、以下のものがあり、その危険性は健常者に比べ高くなっています。

また、交通事故の発生率も、健常者に比べ**7倍**ともいわれています。



代表的な合併症

- 高血圧
- 多血症
- 不整脈
- 虚血性心疾患
- 心不全
- 脳血管障害
- 糖尿病
- 肺高血圧症
- インポテンツ

睡眠時無呼吸症候群



※ Nieto FJ, Young TB, Lind BK. JAMA 2000;283:1829-1836
※ Mooe T, Rabben T, Wiklund U. Chest 1996;109:569-663
※ Bassetti C, Aldrich MS. Sleep 1999;22:217-223
※ Punjabi NM, Shahar E, Redline S. Am J Epidemiol 2004;160:521-530

無呼吸に見られる症状

睡眠時無呼吸症候群になると、じゅうぶんに眠れないことが原因となってさまざまな症状が現れるようになります。

あなたはつぎのような症状に心当たりありませんか？

●眠っているとき…

- いびきをかく
- 息が止まる
- 呼吸が乱れる
- 息が苦しくて目が覚める
- なんども目を覚まし、トイレに行く

●日中、起きているとき…

- しばしば居眠りをする
- 記憶力や集中力が低下する
- 性欲がなくなる
- 性格が変化する
- 体を動かすときに息切れする



診断までの流れ

ADLが
低い方や
理解力に
乏しい方

一次診断

- ・自覚症状、日中の眠気の程度、生活習慣
基礎疾患の有無などに関し問診
- ・日中の眠気などの定量評価として、ESS (Epworth) テストの実施

二次診断

- ・簡易検査 (PSG) : 自宅に持ち帰り検査を実施

解析・診断

- ・装置返却後にマニュアル解析施行

三次診断

- ・終夜睡眠PSG検査: 1泊2日入院

診断・治療

- ・検査結果に基づきカンファレンス→医師による患者説明

AHIが40以
上で眠気など
明らかなSAS
を疑う症状が
ある場合

検査方法

簡易PSG（スクリーニング）



自宅に検査機器を持ち帰り、呼吸・いびき・体内の酸素飽和度を記録します。

PSG（精密検査）

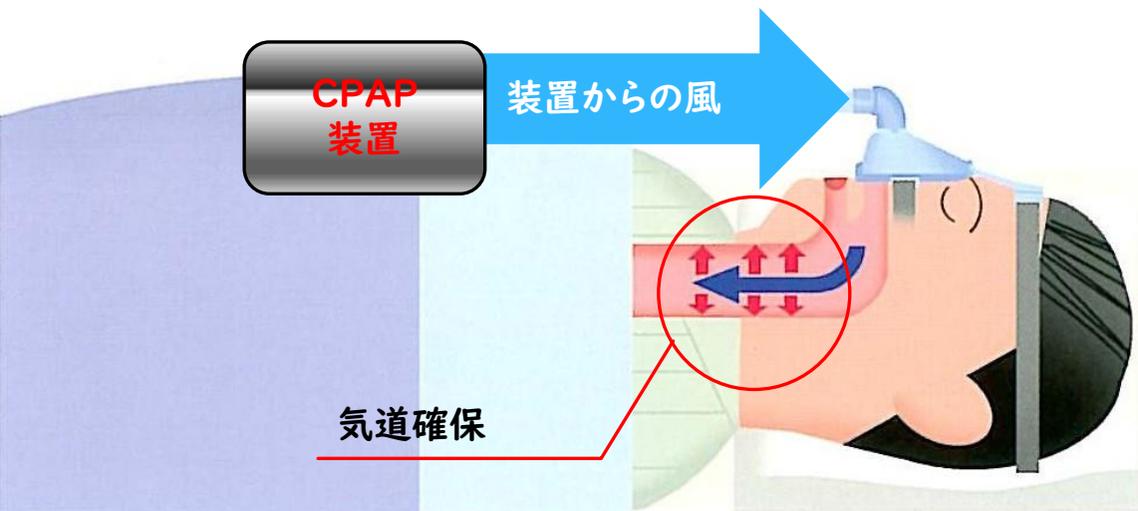


一泊二日病院に入院し、頭や顔、体の必要な部位にテープで電極を貼りつけ、実際に一晩眠りながら脳波や呼吸、眼球、筋肉の動きなどを記録し、睡眠の状態について詳しく調べます。

CPAP療法とは

睡眠時無呼吸症候群の対症療法であり、根本的な治療ではありません。この治療の第一選択とされている治療器です。

また、原理は簡単で、装置から送られてくる風の圧力を利用して、塞がった気道を広げ、無呼吸を解消させるというものです。



CPAP療法の使用例

鼻にマスクを装着していただきおやすみになってもらいます。



個人差はありますがCPAP（持続式陽圧呼吸療法）を使うと、ほとんどの患者さんが使ったその日からいびきをかかなくなり、朝もすっきり、昼間の眠気も軽くなり、眠気が消えることもあります。重症の睡眠時無呼吸の患者さんでは、CPAPを使わなかった患者さんより長生きをすることも分かっています。

※慣れるまで1ヶ月以上を要する患者さんもおられます。

CPAPの副作用

- 鼻炎
- 皮膚のただれ
- のどの乾燥 など…

鼻炎



気管支炎

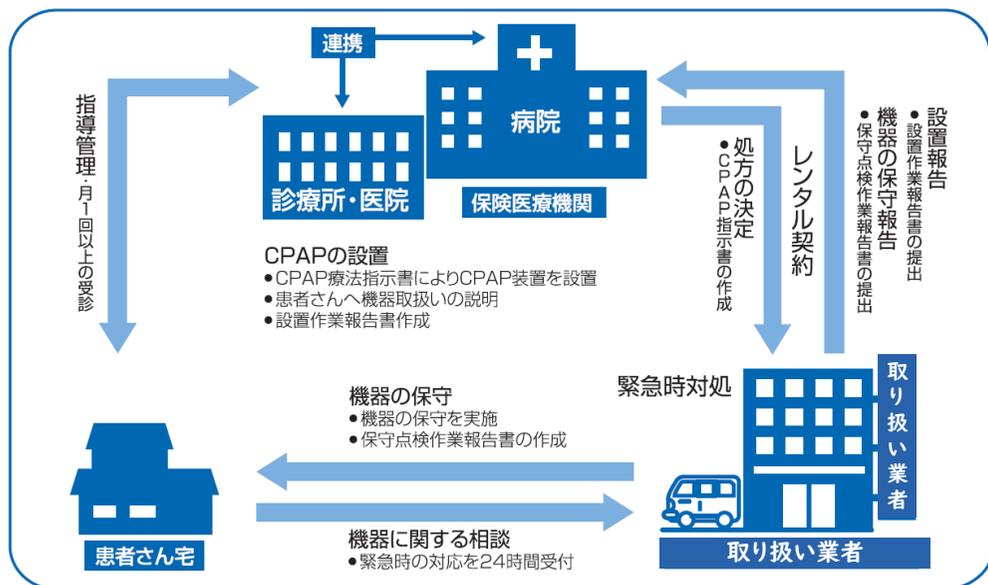


上記のような症状が見られた場合は、速やかに装置の使用を止め、必ず「**医療機関**」へご相談下さい。

また、お部屋で加湿器を使用することで、これらの症状が改善される場合もございます。

CPAP治療の費用について

CPAP治療は医療保険の適応となる為
毎月一度は必ず診察を受けてください。



医療費負担割合

1割負担

2割負担

3割負担

自己負担費用

1,350円/月

2,700円/月

4,050円/月

※ 上記金額は、かかりつけの医療機関へお支払い下さい。

意図的な破損や故障を除きまして、基本的には業者にお支払することはありません。

お問い合わせ



(お問い合わせ先)

こやまクリニック

〒651-1243

神戸市北区山田町下谷上字梅木谷42番4

TEL:078-581-1123