



日中の眠気

大きないびき



このような症状は  
ありませんか



起床時の頭痛

熟睡感がない



### ✓ 夜こんなことはありませんか？

- いびきをいつもかく
- 家族から時々息が止まっているといわれる
- 苦しくて目が覚める
- 夜トイレに何度も起きる
- 口が渴く
- 胸焼けがする

### ✓ 昼こんなことはありませんか？

- いつも眠い、居眠りする
- だるい、疲れる
- 仕事に集中できない

### ✓ 病気

で困っていませんか？

- 高血圧なのに薬がよく効かない
- 心臓の病気がある
- 肥満や糖尿病である

夜の項目でチェックが2つ以上あり、昼の項目、あるいは病気のチェック項目にも該当するなら、睡眠時無呼吸が疑われます。

監修 横浜呼吸器クリニック 院長 小野容明先生

#### ホームページのご紹介

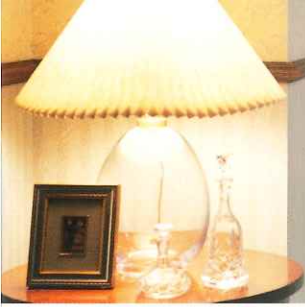
睡眠時無呼吸症候群の詳細情報、全国診療施設情報  
<http://www.sas-info.jp/>

# 眠っている間に呼吸が止まる 睡眠時無呼吸症候群



●お問い合わせ先

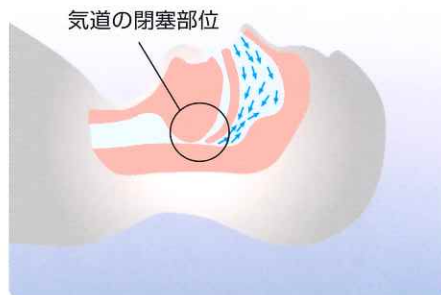
医療法人社団 誠高会  
おおたかの森病院  
千葉県柏市豊四季113  
TEL 04-7141-1117



## 睡眠時無呼吸症候群とは？

睡眠時無呼吸症候群 (SAS: Sleep Apnea Syndrome) は、気道の閉塞などの原因で、睡眠中に何回も呼吸が止まる病気です。

いびきや起床時の頭痛、日中の眠気や倦怠感などの症状があります。また、高血圧や脳卒中などの循環器疾患や、糖尿病などの合併症を引き起こすこともあります。そのうえ、日中の眠気のために、交通事故や産業事故などを引き起こす可能性があります。ですから、患者さんに合わせた、適切な検査と治療が必要です。



## 睡眠ポリグラフィー検査とは？

睡眠時無呼吸症候群の原因や重症度を調べたり、治療方法などを決定するためには十分な検査が必要です。睡眠ポリグラフィー検査は、睡眠の状態を全体的に調べる検査です。

入院して頂いて、脳波や心電図、胸部の動き、血中の酸素量などの検査端子を体に取り付けて一晩寝て頂きます。痛みは全くありません。



一般には、外来で問診や簡単な検査をし、睡眠時無呼吸症候群の疑われる方には、日程をご相談し入院して当検査を受けて頂きます。

## 治療方法は？

適切な治療を行うと日中の眠気や倦怠感などの症状がなくなるだけでなく、合併症を予防したり、改善することができます。

軽症の方は、減量や飲酒を控えるなど生活習慣の改善により症状が軽減したり、無くなることもあります。中症～重症の方は、CPAP療法が第一選択です。

### ○CPAP (シーバップ) 療法

鼻マスクから気道に空気を送り込み、気道の閉塞を防いで無呼吸を無くす治療法です。

CPAP治療を受けて頂く場合は、睡眠ポリグラフィー検査後さらに1～2日の入院が必要となります。また、当検査後いったん退院し、後日CPAP治療を導入することも可能です。

