

# 睡眠時無呼吸症候群について

## 1. 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、気道の閉塞などにより眠っている間に呼吸が止まる病気です。無呼吸それ自体ですぐに窒息死を起こすことはありませんが、きちんと睡眠を取れていない事によって高血圧や心疾患などの生活習慣病になったり、昼間の眠気によって労働災害や交通事故をを起こしたりすることが問題視されています。



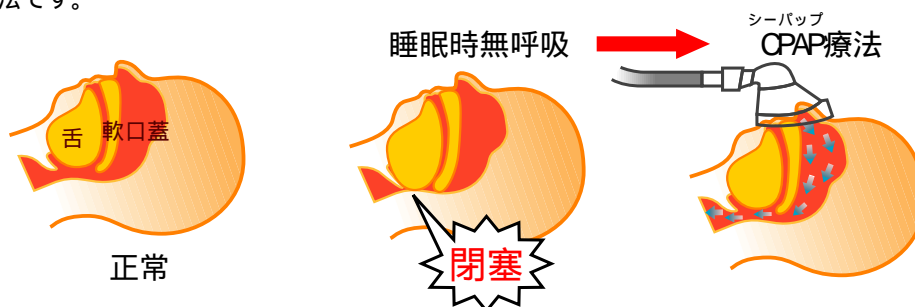
## 2. 症状と合併しやすい疾患

この病気の症状には、習慣性のいびき、昼間の眠気、起床時の頭痛、集中力の低下、不眠、夜間の頻尿などがあります。一方、SASの方は健康な人に比べて糖尿病を発症する可能性は1.5倍、高血圧は2倍、狭心症・心筋梗塞は3倍、脳血管障害は4倍という報告があり、単に「いびきのひどい人」というだけではないのです！

## 3. 検査・治療について

診察にて症状を確認してから、合併症の有無を調べるために胸部 X線・心電図・血液検査などを行います。その後、簡易検査として自宅にて夜間の低酸素の有無をモニターし、最終的には1泊入院して精密検査（終夜睡眠ポリグラフ）を施行して診断を確定します。

SASと診断された場合、軽症の方は減量や就寝前の飲酒制限、歯科装具などで症状の改善が期待できます。中～重症の方は持続陽圧呼吸（CPAP: シーパップ）療法が必要となります。CPAP療法とは、就寝時に鼻マスクを通して空気を肺に送り込み、気道が閉じないようにすることで無呼吸をなくす方法であり、保険も適応されている治療法です。



## 4. おわりに

SASは「20～60歳代の男性のうち、治療が必要な患者数は最大600万人いる」と言われています。以前には「太った中年男性」に多いと考えられていましたが、もともと顎（あご）の骨格が小さいアジア人は欧米人に比べて気道が閉塞する危険性が高いため、「日本人は太ってなくても要注意」なのです。

「寝ている間に病気が作られる」のがSASであるということを患者さんにはしっかり理解してもらう必要があり、心当たりの方は当院の呼吸器科までご相談下さい。

## 看護師募集



### 職種

常勤看護師（病棟勤務） パート看護師（週1回程度の夜勤）

新卒者、既卒者でブランクのある方も研修があり安心です。

### お問い合わせ

月～金曜日 8:30～17:00

TEL 028-673-2111（庶務係へ）

いつでも  
ご相談に  
応じます