



(財)東京都保健医療公社
多摩南部地域病院
地域医療連携室第73号
平成16年7月発行
連絡先 042-338-5111(代)

昼間にねむいあなたは要注意！！

今月は検査科より睡眠時無呼吸症候群 (Sleep Apnea Syndrome) についてご紹介します。

睡眠時無呼吸症候群 (SAS) とは？

睡眠中に断続的に呼吸が止まり、その結果、日中の眠気などの症状を起こす疾患の総称です。
一晩の睡眠中 (7時間) に、10秒以上の無呼吸や低呼吸が30回以上見られた場合、
あるいは一時間あたりの無呼吸と低呼吸の回数が5回以上見られる場合に診断されます。

睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の発症状況と特徴

日本においては人口の約2～4%がSASと言われています。 中高年に比較的多いです。(小児の発症例もあります) 男性に多くみられます。

睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の種類

閉塞型SAS 中枢型SAS 混合型SAS

睡眠時無呼吸症候群は上記の3種類に分類され、最も多いのが閉塞型です。

閉塞型睡眠時無呼吸 (OSAS) のしくみ

SASは声帯より上の空気の通り道が閉塞し無呼吸が起こります。
閉塞の原因には肥満、扁桃肥大、小顎症、筋肉の弛緩があります。



睡眠時無呼吸症候群の症状は？

肥満、いびき、日中の居眠り、睡眠時の呼吸停止、不眠症、起床時の頭痛、倦怠感、幻覚など

睡眠時無呼吸症候群の影響は？

高血圧 (健常者の2倍)、心筋梗塞 (健常者の4倍)、脳血管障害 (健常者の4倍)、不整脈、肥満、糖尿病などの疾患の発症するリスクが増加します。

睡眠時無呼吸症候群の診断は？

問診、スクリーニング検査、ポリソムノグラフィー (PSG) の順で行い、確定診断します。

睡眠時無呼吸症候群の治療は？

治療は重症度、原因、合併症に応じて決定します。

生活習慣の改善 (ダイエット)、口腔内装具、耳鼻科的手術、内科的治療

持続陽圧呼吸補助装置 (CPAP: シーパップ): 鼻マスクを着けて空気を送り込み、上気道の閉塞を防ぐ装置です。成人の閉塞性無呼吸症候群の治療には最も効果的です。

「多摩南ミニ通信」をご希望の方は面会受付にお申し出ください。