

# 診療だより

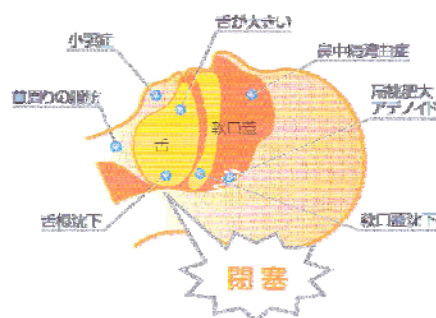
瀧田医院分院 平成 21 年 3 月発信

まだまだ寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？  
当院では、新しい検査・治療を始めましたので、ご紹介いたします。

## ① 項目：睡眠時無呼吸症候群の簡易検査

## ② 睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠時無呼吸症候群（S A S : Sleep Apnea Syndrome）は、気道の閉塞などが原因で睡眠中に何回も呼吸が止まる病気です。わが国では 200～300 万人の潜在患者がいると言われております。



## ③ 次のような症状はありませんか？

大きないびきをかく



日中とても眠い



起床時の頭痛やだるさ



睡眠中に  
呼吸が止まっていると  
指摘されたことがある



肥満や糖尿病、  
高血圧である



#### ④ 検査の方法（検査は簡単におこなえます）

簡単な問診・アンケート

日中の眠気、生活習慣に関するアンケート

自宅での簡易検査

寝る前に腕に検査装置を装着して  
寝ていただきます。

医師の診断



～ 検査によりわかること ～

- ・ 無呼吸や低呼吸の重症度がわかります。
- ・ さらに詳しい検査が必要かどうかわかります。
- ・ 早期にC P A P（Continuous Positive Airway Pressure：経鼻的持続陽圧呼吸療法）治療の導入を必要とする場合があります。

#### ⑤ 治療の方法

適切な治療をおこなうと、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の生活習慣の改善により症状が軽減したり、なくなることもあります。中～重症の方は、鼻マスクによるC P A Pという治療方法がおこなわれております。

※CPAP：  
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是正する  
治療方法です。（健康保険適用）



※ C P A P：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是正する治療方法です。（健康保険適用）

※ 顔写真は本人の同意を得て使用しています。

セルフチェックの項目を参考までに載せますので、チェックしてみてください。  
ご心配な方は、受診をお勧めいたします。当院でも、毎週木曜日午前中に呼吸器専門の  
瀧田好一郎医師が診察をしております。ぜひご相談ください。

## セルフチェック

### Q 夜こんなことはありませんか？

- いびきをいつもかく
- 睡眠中に呼吸が止まっていると指摘されたことがある
- 苦しくて目が覚める
- 夜トイレに何度も起きる
- 口が渇く
- 胸焼けがする

### Q 他に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
- 起床時の頭痛

### Q 次の病気で困っていませんか？

- 高血圧がある
- 心臓の病気がある
- 肥満や糖尿病がある
- 痛風や脂肪肝がある

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

医師または看護師にご相談ください。