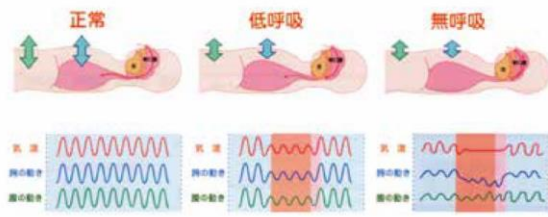


睡眠時無呼吸症候群

副院長 兼 循環器内科部長
富田 威



家の方から、夜就寝中に「肝がうるさい」とか「肝が突然止まって、しばらく聞こえないからびっくりしておこそう」と思ったなどと言われたことありませんか？あるいは、「新聞を読んでいる時に睡魔に襲われる。」や「信号待ちでうたた寝することが多い」などと感じる事はありませんか。もし心当たりがあるならば一度診察を受けることをお勧めします。睡眠時無呼吸症候群の疑いがあります。循環器内科



との関わりが深い高血圧、心筋梗塞、心不全、不整脈、脳血管障害などの疾患と関連があり、放っておくと重い心臓病の原因となります。睡眠時無呼吸症候群は①睡眠障害による自覚症状と精神的ストレスの増加 ②気道閉塞による心血管系への過負荷 ③低酸素血症 ④交感神経活動の亢進をきたし、病気の進行や突然死の引き金になります。



通常の呼吸
・気道が開いている
・空気が肺に自由に流れる



睡眠時無呼吸症候群
・気道の閉塞
・空気の流れが妨げられる

原因

睡眠時無呼吸症候群は2つのタイプがあります。①閉塞性・睡眠中に気道が閉塞、狭窄し呼吸努力はあるものの閉塞により換気できない状態です。肥満人口の40%に存在すると言われており、また飲酒も増悪因子として有名です。②中枢性・呼吸中枢からの呼吸シグナルがでず、呼吸努力から消失するものです。

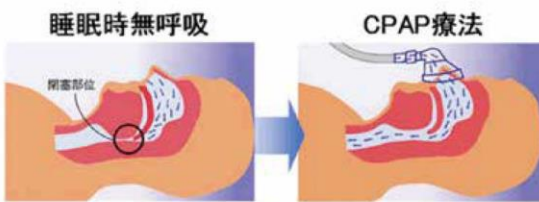
検査

睡眠中の気流と酸素の状態（酸素飽和度）を測定する簡易的なものと、脳波や胸部運動を合わせて計測する終夜睡眠脳波・睡眠ポリグラフ検査があります。

治療

睡眠時無呼吸症候群の治療を適切に行うことで高血圧や不整脈の予防や心不全の進行を抑えることができますと報告されており、心不全治療として保険適応になっています。

- ①減量・口腔内装置
閉塞性を選択されます。減量による気道狭窄の改善や装置機械的補助による内腔の確保。
- ②持続陽圧呼吸療法
閉塞性に用いられます。睡眠中に気道が閉塞するのを常に気道内を陽圧に保つことで気道内腔を確保する方法です。
- ③非侵襲的陽圧換気療法
気道内圧を保つことに加え、換気補助をする方法で、中枢性に用いられます。
- ④在宅酸素療法
慢性心不全に合併する中枢性に用いられます。②③は顔面に装置を装着する必要がありますが、そのために睡眠が妨げられ、治療が継続できないこともあります。一方、酸素のみ投与



睡眠時無呼吸

CPAP療法

する方法は継続が可能なのが多く、またその有効性も確立されており、多く用いられています。

循環器疾患と関わりが深い睡眠時無呼吸症候群ですが、日中の睡魔による事件も多く報道されており、社会的にも問題にもなっており、心配な方はぜひ病院を受診してください。