

つながる医療



耳鼻いんこう科 診療部長

よし おか まり こ
吉岡 真理子 医師

浜松医科大学卒業

●所属学会・資格/日本耳鼻咽喉科学会専門医、日本耳鼻咽喉科学会認定補聴器相談医、耳鼻咽喉科臨床学会

耳鼻いんこう科

**睡眠時無呼吸症候群—
ワイヤレスのポリソムノグラフィ(PSG)の導入、
歯科口腔外科との連携治療など
増加する患者さまに検査から治療まで
幅広く対応する体制を整えています。**

近年、社会的認知度が高まってきた睡眠時無呼吸症候群は、国内有病者数が300万人とも言われています。

疾患の概要と当院における検査・治療について、耳鼻いんこう科診療部長の吉岡真理子医師に伺いました。

ポリソムノグラフィ(PSG)による精密検査



ワイヤレスタイプで、患者さまの移動を制限しません。モニターもベッドから離して設置できるため、夜間に明るさで睡眠を妨げないようにすることができ、従来の機器と比べ患者さまの負担が低減されます。

睡眠時無呼吸症候群(SAS) 有病者数300万人

睡眠時無呼吸症候群(SAS, Sleep Apnea Syndrome)とは、寝ている間に呼吸が止まる病気です。睡眠1時間あたりの10秒以上の無呼吸が5回以上、あるいは一晩の睡眠(7時間)あたりの10秒以上の無呼吸が30回以上の場合、SASと診断されます。

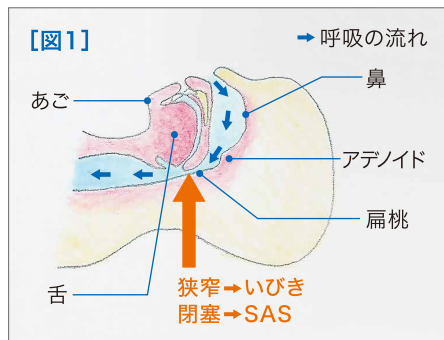
SASは睡眠時に発生し自覚することが困難なため、国内の有病者が約300万人いるにもかかわらず治療している方が少ないのが現状です。ただ近年では、新幹線やバスの運転手などの人命をあずかる職業についている方の中にこの病気が認められ、社会的に知られるようになってきました。企業内で社員の方々の交通事故や仕事のミス減らす目的で、健診時にSASのスクリーニング検査を導入されるケースも見られるほか、患者さまがより詳しい検査を受ける目的で、当院にご紹介頂くことも増えてきました。

SASの主な症状

SASでは、①睡眠時の無呼吸、いびき②日中の眠気、集中力の低下③うつ状態④頭痛といった症状が主に見られます。また、酸素不足や交感神経の持続的な緊張から、**高血圧や心臓疾患、糖尿病を合併するリスクが高まり、突然死の原因**にもなります。小児では、睡眠中に分泌される成長ホルモンの低下による低身長や肥満が見られます。

SASの原因と発症しやすい人

就寝中に上気道の呼吸が、主に咽頭部分の閉塞により途切れることにより、無呼吸が起こります(図1)。

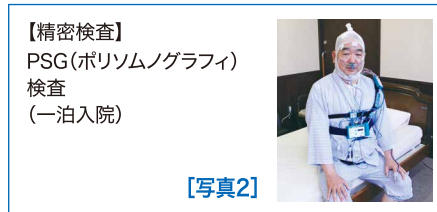
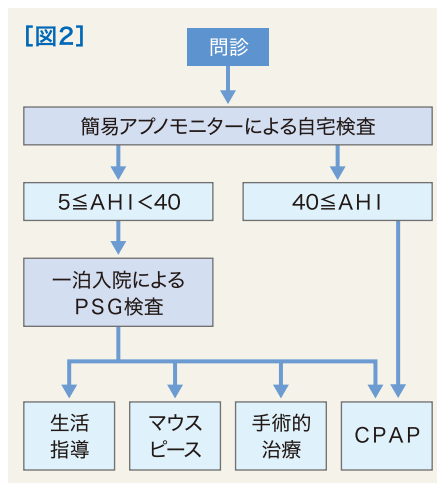


その原因は、下記のように様々で、現代人の生活習慣とも大きな関係があります。

- ①肥満 ②小さい下あご ③扁桃肥大、アデノイド肥大 ④鼻づまり ⑤仰向けの就寝 ⑥喫煙 ⑦疲労、ストレス ⑧眠る直前の食事 ⑨飲酒 ⑩加齢、閉経後 ⑪薬剤(精神安定剤、睡眠薬など)の服用

SAS診断のために必要な検査

まずは簡易型睡眠モニターにてスクリーニングを行います。簡易アプノモニターでは、酸素飽和度、気流、心拍数、いびきを測定します。小型で、自宅での施行が可能です(写真1)。簡易アプノモニターでAHI(1時間あたりの無呼吸、浅い呼吸の回数の合計)が5~40であった方は、その後の治療方針決定のため、PSG(ポリソムノグラフィ)という精密検査が必要となります。



PSGの測定項目は、脳波、筋電図など多項目にわたります。検査は、一泊入院で実施します。(写真2)。

当院のPSGは、ワイヤレスタイプの機器を使用しており、患者さんへの負担が少ないのが特徴です。

SASの治療

- ①生活習慣の改善
- ②CPAP(図4)
- ③マウスピース(写真3)
- ④手術

①減量したり、飲酒や薬の服用習慣を見直したり、側臥位で眠っていただくようにおすすめします。ストレスや過労を避けていただくことも大切です。

②CPAPは重症SASの方に使用いただきます。鼻にマスク状の器械を装着し、加圧して空気の通りを広げる治療です。月1回の通院が必要です。



③マウスピースは顎の小さい方に向けています。口腔内に器具をつけ、舌の落ち込みをふせぎます。当院歯科口腔外科との連携にて対応させていただきます。



④手術治療としては、主に扁桃やアデノイドを取り去る手術があげられます。当院では麻酔科の管理のもとに手術を行っています。

当院では、以前より実施している簡易検査に加えて、平成27年11月よりPSG検査を導入し、簡易型モニターで異常があった方の精密検査を行っています。また、内科や歯科口腔外科との連携により睡眠時無呼吸症候群の治療を行っています。検査・治療のどちらにおいてもお気軽にご紹介いただければ幸いです。

詳しくは、地域医療連携室までお電話ください。

tel.0586-26-2366 (直通) fax.0586-24-9999

tel.0586-72-1211(代表) ●受付時間:月~金8:30~19:00 土8:30~12:30 ※祝日、年末年始、4月3日除く