

睡眠時無呼吸検査について

そのいびき・・・気になりませんか？

大きな「いびき」の原因は、睡眠時無呼吸症（Sleep Apnea Syndrome：SAS）かもしれません。自宅で簡単に受けられる簡易検査を受けてみませんか？

睡眠時無呼吸症とは、睡眠時の無呼吸(10秒以上の呼吸停止)が、一晩に30回以上、または睡眠1時間当たり、無呼吸が5回以上繰り返される病気です。

症状は、「いびき」「昼間の強い眠気・疲労感」「起床時の頭痛」「眠っても熟睡感がない」などがありますので、これらの症状が気になる方は、検査を受けられることをお勧めします。睡眠時無呼吸症には次のような問題があります。

1. **事故**： 昼間の眠気により交通事故や労働災害を引き起こすことがあります。
2. **生活習慣病**： 血中の酸素濃度が過度に低下し、高血圧、心筋梗塞、不整脈、脳血管障害、などにかかりやすくなる可能性があります。

これまでは、肥満男性に多いと言われていた睡眠時無呼吸症ですが、日本人では、睡眠時無呼吸症の43%の人が肥満ではありません。また50歳以上では、男女差はなくなります。特に、「あごの小さい方」や「飲酒量の多い方」は、起こしやすいので、要注意です。

<検査の手順>

1. 診察を受ける。
2. 検査実施日(2晩)を決める。
3. 検査機器(ノートパソコン程度の大きさ)を2泊3日間、貸し出されるので、機器を自宅に持ち帰り、就寝時にセンサーを装着し、呼吸の状態や血中の酸素飽和濃度などを検査する。
4. 機器を返却する。
5. 約2週間後に解析結果が出ますので、医師から結果説明を受ける。

検査ご希望の場合は、予約時に「睡眠時無呼吸検査を」とお申し出ください。呼吸器内科、総合外来等をご案内します。保険適用です。