

そのいびき、もしかして睡眠時無呼吸症候群かも？

睡眠時無呼吸症候群とは、

睡眠中に一時的な無呼吸状態が繰り返し起こる病気です。不整脈や脳卒中、高血圧、起床時の頭痛など様々な合併症を引き起こしたり、睡眠の質の低下から交通事故や日中の生産性の低下などを引き起こす原因になることが知られています。



睡眠時無呼吸症候群（SAS）の分類は大きく分けると2つあります。

- ・閉塞性睡眠時無呼吸症候群（OSAS）；上気道が狭窄して、呼吸が止まる。
- ・中枢性睡眠時無呼吸症候群（CSAS）；脳（中枢）からの指令がなく、呼吸が止まる。

OSASの原因：

- ・肥満
 - ・扁桃腺、アデノイドが大きい（扁桃肥大、アデノイド増殖症）
 - ・アレルギー性鼻炎
 - ・鼻が曲がっている（鼻中隔彎曲症）
 - ・顎が小さい
 - ・飲酒
- など

■どうやって検査するの？

耳鼻咽喉科にて、上記原因の有無について評価します。その後、実際に睡眠時無呼吸があるかどうかについては、ポリソムノグラフィという検査を受けていただきます。1泊2日の検査入院が必要です。当院では、平日だけではなく、金曜入院での検査も行っています。

検査にて介入が必要であれば、手術や機械（CPAP）、マウスピースでの治療を開始します。

■治療しないとどうなるの？

放置すれば、心不全、不整脈、虚血性心疾患（狭心症、心筋梗塞）や脳卒中の発症のリスクが2-4倍に高まることや、8年後の死亡率は約37%であるという研究結果も報告があります。

そのほか、糖尿病やインポテンツを引き起こすともいわれています。

思い当たることがある場合やご家族のいびきが気になる場合は、一度耳鼻咽喉科を受診しましょう！