

◆SAS（睡眠時無呼吸症候群）の検査、施術が出来ます。

SAS とは、睡眠中無呼吸となる状態です。肥満、歯並びなどが原因で気道を閉塞することが原因の「閉塞型」と、脳血管障害後などの呼吸中枢の機能異常などによる「中枢型」があります。

睡眠中、頻繁に呼吸が止まると眠りが浅いままになり、脳や体が休息出来ません。

症状としては、日中の眠気や突然居眠りをする、起床時の喉の渇き、目覚めの悪さ、倦怠感、やる気が出ないこと、などに加え、心不全、難治性のHT、不整脈、狭心症、心筋梗塞、大動脈解離といった心疾患、糖尿病を引き起こす可能性も言われています。

検査は、経皮的動脈血酸素飽和度（SpO₂）、気管音などを自宅で一晚測定する「簡易型」と、入院して以上の項目に加え、脳波、呼吸、眼球の動きなども詳しく測定する「精密型」があります。「簡易型」はレンタルした機器が宅配で送られ、送り返す手軽な検査ですが、「精密型」も夕食後の入院、朝食後の退院が可能ですので、会社などを休まないで済む場合があります。結果はAHI（無呼吸低呼吸指数）の数値で表されます。

治療は軽度なら、枕、睡眠時の体位、節酒、禁煙といった生活習慣病指導やマウスピース（歯医者で作成、保険適用あり）があげられますが、重度ならCPAPという治療が必要となることが多いです。これは鼻に装着したマスクが空気を送り込み、一定の圧力をかけることによって、気道を広げ息を吸いやすくする方法で、いびきをかかずにぐっすり眠れるようになります。

簡易型ではAHI>40、精密型ではAHI>20で機器の保険適用が認められます。

いびきが気になる、体がだるいといった症状があれば、一度内科外来までお問い合わせ下さい。

医師 小坂理恵子