

睡眠時無呼吸症候群 (SAS)

睡眠中に無呼吸や低呼吸が起こってしまう病気です。睡眠中に10秒以上呼吸が止まった状態を睡眠時無呼吸、呼吸が弱くなり体内に酸素が不足した状態を睡眠時低呼吸といいます。子どもの場合は、2呼吸分以上息が止まった状態を睡眠時無呼吸といいます。



このような症状はありませんか？



睡眠時無呼吸症候群の 検査や治療が可能な診療科

内科、呼吸器科、耳鼻咽喉科、睡眠外来など
◆事前にHPなどで確認してから、受診することをお勧めします

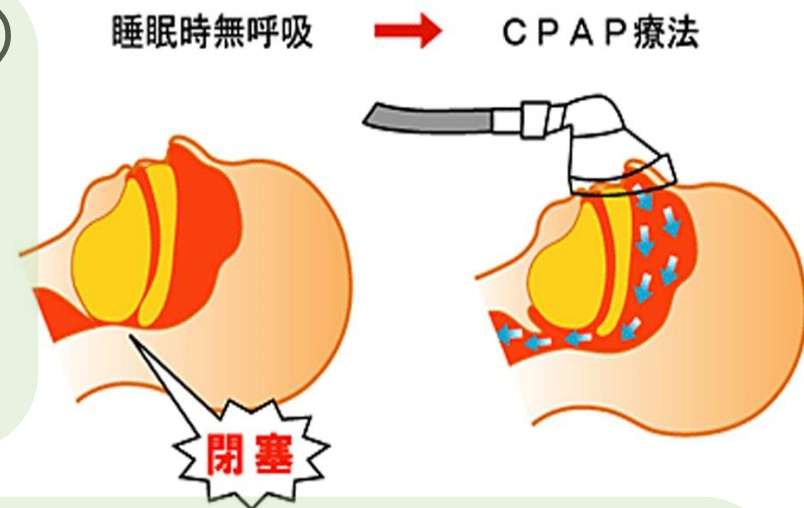
閉塞性睡眠時無呼吸（OSA：Obstructive Sleep Apnea）

気道（息の通り道）が塞がることで起こる無呼吸。

閉塞性睡眠時無呼吸の場合には睡眠中のいびきや無呼吸が現れます。

【治療】

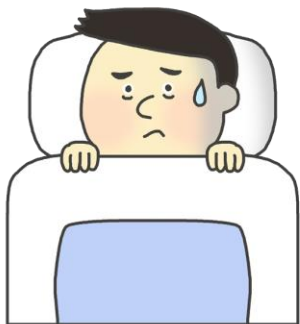
CPAP療法は、装着したマスクから空気を送り込んで気道を広げ、睡眠中の無呼吸を防ぐ治療です。



中枢性睡眠時無呼吸（CSA：Central Sleep Apnea）

気道は塞がっていないけれども脳が息をしなくてよいと間違った命令をしてしまうことで起こる無呼吸。

中枢性睡眠時無呼吸の原因のひとつは、**心臓の働きが低下し、全身に十分な血液を送り出せなくなる心不全**です。心不全の約3割の患者さんに中枢性睡眠時無呼吸があるとの報告があります。放置すると不整脈や心筋梗塞を引き起こして突然死につながることもあります。ほかにも、脳卒中になって脳に後遺症がある人や腎不全のある人などに中枢性睡眠時無呼吸が起こるケースもあります。



睡眠時無呼吸症候群の多くは肥満によるものであるため、たとえCPAP療法などを行っていたとしても、減量を目指した食生活の改善や運動習慣の定着などの生活指導が行われるのが一般的です。