



# かがわクリニック通信

## 今月のテーマ

### 睡眠時無呼吸症候群

#### 【どんな病気なの？】

睡眠時無呼吸症候群は眠り出すと呼吸が止まってしまう病気です。呼吸が止まると血液中の酸素濃度が低下するため、目が覚めて再び呼吸を始めますが、眠り出すとまた止まってしまう。

一晩中繰り返すため、深い睡眠がまったくとれなくなり、日中に強い眠気が出現します。酸素濃度が下がるため、これを補うために心臓の働きが強まり、高血圧となります。酸素濃度の低下により動脈硬化も進み、心筋梗塞や脳梗塞を起こしやすくなります。さらに睡眠不足によるストレスにより、血糖値やコレステロール値が高くなり、さまざまな生活習慣病やメタボリック・シンドロームがひきおこされます。



## 症状

1時間あたり10秒以上の呼吸停止が20回以上出現するような中等症・重症の睡眠時無呼吸症候群を放置すると、心筋梗塞・脳梗塞・生活習慣病・眠気による事故などを引き起こし、死亡率が非常に高くなるため、すぐに治療が必要です。

## 原因

睡眠時無呼吸症候群は、空気の通り道(上気道)が狭くなることによって生じる閉塞性睡眠時無呼吸症候群と、脳から呼吸をする指令が来なくなってしまうせいで生じる中枢性睡眠時無呼吸症候群の2種類に分類されます。

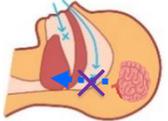
#### 閉塞性睡眠時無呼吸症候群

肥満や小さい顎、舌の根元が落ち込む舌根沈下、飲酒、睡眠薬の使用などが挙げられます。また鼻炎などによって鼻づまりがある方も無呼吸になりやすいと言われています。



#### 中枢性睡眠時無呼吸症候群

脳、神経の中で呼吸をつかさどる延髄の異常によって、正常な呼吸運動ができなくなり発症するタイプです。



## 検査・診断

スクリーニング検査(簡易PSG)

簡易PSG検査はいびきや日中の眠気などがあり、睡眠時無呼吸症候群(SAS)が疑われる患者さんに対して最初に行う検査です。携帯型の装置を就寝時に装着し、睡眠中の呼吸状態や心拍数、酸素飽和度(SpO2)などを調べます。自宅で検査ができる点が最大のメリットで普段通りに就寝することで、睡眠中の呼吸状態などを記録します。1回の記録では判断が難しいこともあるため、2~3晩測定する場合があります。



## SASネット

睡眠時無呼吸症候群でお悩みの方へ(フクダ電子)

少しでも気になる症状がある方は、ご相談などお気軽にお声掛けください。



ただいま準備中です。  
<https://www.kaimin-life.jp/>

@KAGAWA\_CLINIC



健康診断

年に一度は健診を受けましょう!

自分のため、家族のために  
早期発見!



## 年末のご挨拶

年の瀬を迎え、今年も残すところあとわずかとなりました。本年も患者様をはじめ、近隣住民の皆様の温かいご支援により、無事に年末を迎えることができました。誠にありがとうございます。地域に愛されるクリニックに成長できますよう2025年もスタッフ一同より一層精進して参りますので、来年も変わらぬご愛顧のほどよろしくお願いいたします。

今年もお世話になりました



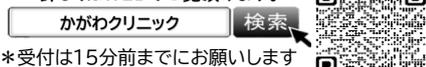
## 2024年 年末年始 休診のお知らせ

	日	月	火	水	木	金	土
午前						12/27	12/28
午後						通常	通常
午前	12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3	1/4
午後	休診	休診	休診	休診	休診	休診	通常
午前	1/5	1/6					
午後	休診	通常					

\*迷惑をお掛け致しますが何卒宜しくお願い致します

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休診
15:00~18:00	○	○	×	○	○	×	休診

詳しくはWEBでご覧頂けます。



\*受付は15分前までをお願いします