

# 睡眠時無呼吸症候群と CPAP 療法

## 睡眠時のいびきや呼吸の中断、日中の眠気はありませんか？

寝室などの同室者から強いいびきや無呼吸の指摘があり、「睡眠時の窒息感やあえぎ、繰り返す覚醒、起床時の爽快感欠如、日中の疲労感、集中力低下」のうち 2 つ以上を認める場合は、**睡眠時無呼吸症候群**の疑いがあります。

睡眠時無呼吸症候群は成人男性の 3～7%、成人女性の 2～5%程度にみられるとされ、**高血圧症、メタボリック症候群、心筋梗塞、脳梗塞、認知症などの原因**となるとされています。また、自動車運転時に**居眠り運転**による交通事故の原因にもなります（道路交通法で「自動車の運転に支障を及ぼすおそれのある病気」に含まれ、飲酒運転による交通事故と同じ処罰になります）。

上記の症状があれば、内科診察と**簡易モニター（簡易睡眠時呼吸検知装置）検査**や終夜睡眠ポリグラフ検査（PSG）という精密検査を受けましょう。

**治療は CPAP 療法（経鼻持続陽圧呼吸療法）**が最も有効です。**CPAP 療法**は、睡眠時に専用鼻マスクを着用し、専用の送風装置に連結したチューブを通して鼻から高圧力の空気を上気道に送り、睡眠時に閉塞する上気道を拡張して無呼吸を防ぐ方法で、**AHI が 40 以上の場合は保険適用があります。**

当院で簡易モニター検査と CPAP 療法を受けられます（どちらも保険適用あり）。お気軽にご相談ください。