

睡眠時無呼吸検査(PSG検査)

●睡眠時無呼吸症候群ってどんな病気？

睡眠時無呼吸症候群（Sleep Apnea Syndrome : SAS【サス】）は、眠っている間に呼吸が止まる病気です。寝ている間の無呼吸なため、なかなか気付くことができず、検査・治療を受けていない多くの潜在患者が日本では300万人以上いると推計されています。

この病気が深刻なのは、寝ている間に生じる無呼吸が、起きているときの活動に様々な影響を及ぼすことです。生活習慣病と密接に関係しており、放置すると生命の危険に及ぶこともあります。また、SAS特有の眠気は交通事故を起こす危険もあり、早期に適切な治療をすることが大切です。

●こんな症状はありませんか？

寝ている間

- ・いびきをかく
- ・いびきが止まり、大きな呼吸とともに再びいびきをかく
- ・呼吸が止まる
- ・呼吸が乱れる、息苦しさをを感じる
- ・むせる
- ・何度も目が覚める（お手洗いに起きる）
- ・寝汗をかく

起きたとき

- ・口が渇いている
- ・頭が痛い、ズキズキする
- ・熟睡感が無い
- ・すっきり起きられない
- ・体が重いと感じる。
- ・むせる

起きている時

- ・強い眠気がある
- ・だるさ、倦怠感がある
- ・集中力が続かない
- ・いつも疲労感がある

このような症状がみられる方には、検査をお勧めします。

●このような方は、要注意！！（患者さんの特徴）

生活習慣

タバコがやめられない
お酒が好きで、寝る前のお酒が習慣化
太り気味。暴飲暴食してしまうことがある
高血圧、糖尿病、高脂血症などの既往がある

見た目の特徴

首が短い
首が太い、まわりに脂肪がついている
下あごが小さい、小顔
下あごが後方に引っ込んでいる
歯並びが悪い
舌や舌の付け根が大きい

●放っておくと、もしかしたらこんな病気まで！！

睡眠時無呼吸症候群の患者さんの多くは、高血圧・心臓病・脳卒中・糖尿病などの「死の4重奏」と言われる、生活習慣病を合併しています。

※OSAS＝閉塞性睡眠時無呼吸症候群

【高血圧】

OSAS患者の40～70%に高血圧が合併すると
言われています。とくに睡眠時に血圧が低下
しないnon-dipper型高血圧が多くみられます。

【糖尿病】

OSAS患者は肥満、非肥満にかかわらず糖尿病、
耐糖能異常を合併することが多く、OSASは糖
代謝異常の発生にかかわる可能性があります。

死の4重奏

【肺高血圧】

OSASの重症例には肺高血圧症（中間圧
30mmHg以上）あるいは右心不全を合併して
いることが知られています。

【心臓病・脳卒中】

OSAS患者には虚血性心疾患を合併する可能性
があり、一部では夜間狭心症発作の誘引にな
ることがあります。また、OSASが脳卒中（脳
梗塞など）の危険因子になるといわれていま
す。

さらに・・・

睡眠時無呼吸症候群（SAS）の患者さんの「運転中の眠気」の経験割合は、非SAS患者と比較してSAS患者で4倍（40.9%）、「居眠り運転」ではなんと5倍（28.2%）という調査結果も示されています。

●どんな検査を行うの？

問診時に睡眠、自覚症状について質問させていただき、その後の検査方法を決定します。
当院では、主に2通り行っています。

・簡易PSG検査

- 自宅でも取扱い可能な検査機器を使って、普段と同じように寝ている間にできる検査です。手の指や鼻の下にセンサーをつけ、いびきや呼吸の状態から睡眠時無呼吸症候群（SAS）の可能性を調べます。ただし、簡易検査では無呼吸の有無とその頻度を調べることはできません。脳波や睡眠の深さなどの詳細データまではとることができません。重症度によっては簡易検査の結果を受けてすぐに治療へと進むこともあります。より詳細な精密検査（入院検査）が必要となる場合があります。

・精密検査（PSG検査）

- 簡易検査よりもさらに詳しく、睡眠と呼吸の「質」の状態を調べる検査で、終夜睡眠ポリグラフ（PSG）検査と呼ばれます。

主な検査項目

- ・ 口と鼻の気流（空気の流れ）
- ・ 血中酸素飽和度（SpO2）
- ・ 胸部・腹部の換気運動
- ・ 筋電図
- ・ 眼電図
- ・ 脳波
- ・ 心電図
- ・ いびきの音
- ・ 睡眠時の姿勢 など

寝ている間に検査は終了

- ・ これらの項目を測定するために身体に多くのセンサーをつけますが、痛みを伴う検査ではありません。
- ・ いつも通りに寝ている間に検査は終了します。
- ・ PSG検査の結果は、医師や専門の臨床検査技師などがそれぞれのデータを見て最終的に判定します。

●治療方法は？

当院では、主にCPAP（シーパップ）療法：経鼻的持続陽圧呼吸療法」を行っています。

CPAP療法は、閉塞性睡眠時無呼吸タイプに有効な治療方法として現在欧米や日本国内で最も普及している治療方法です。

CPAP療法の原理は、寝ている間の無呼吸を防ぐために気道に空気を送り続けて気道を開存させておくというもの。CPAP装置からエアチューブを伝い、鼻に装着したマスクから気道へと空気が送り込まれます。

●診察時間は？

診察時間は、以下の通りです。専門医が対応しますので安心してご相談ください。

担当医 内科 樹神 元博医師

月曜日 9：00～12：20

金曜日 14：00～17：00