

彦根市立病院

地 域 連 携

だ よ り

彦根市立病院

〒522-8539 滋賀県彦根市八坂町1882番地

TEL : 0749-22-6050(代)

問い合わせ先 彦根市立病院 地域医療連携室

TEL : 0749-22-6053 FAX : 0749-22-6093

いつもありがとうございます

良質な眠りはできていますか？

耳鼻いんこう科 部長
片岡 健一

皆様こんにちは。耳鼻いんこう科の片岡です。

睡眠時無呼吸症候群（SAS）は、様々なメディアでも度々取り上げられ、国民の認知度も少しずつ高まってきているものの、潜在患者数は900万人以上にのぼるとされています。SASは中枢性無呼吸症と閉塞性無呼吸症に大別されますが、一般的には圧倒的に患者数の多い後者の閉塞性無呼吸症（OSA）を意味していることが多いです。OSAは上気道が閉塞することにより無呼吸や低呼吸、いびきが発生し血中酸素飽和度が低下します。これにより身体は呼吸再開を試みるため一過性に覚醒してしまいます。患者さんはこの状況に気づくことは少なく、ご家族や第三者から指摘されることが殆どです。この状況が続くと十分な睡眠が得られず、日中の強い眠気や熟睡感の欠如等の自覚症状が発生します。OSAの放置は、

心筋梗塞や脳血管疾患、糖尿病・高血圧等の生活習慣病、認知症などを引き起こす要因となります。

当科では、患者さんがご自宅で機器を装着して検査する簡易検査装置の貸し出しと1泊入院していただくポリソムノグラフィ（PSG）検査を行っています。PSG検査は簡易検査ではわからない精密検査ならではの様々な情報を得る事ができ、SASの診断には欠かせません。検査でOSAと診断された場合には、CPAP療法を積極的におこなっていきます。また解析結果や患者さんの状態によっては、他科と連携を行いながら最適な治療をおこなってまいります。

SASを疑う患者さんがおられましたら、当院にて精査させていただきますので、ご紹介いただきますようよろしくお願いいたします。

彦根市立病院 地域医療連携室

業務時間：月～金曜日：午前8時30分～午後7時（但し木曜日は午後5時15分）土曜日：午前9時～午後12時30分

連絡先：地域医療連携室 TEL0749-22-6053(直通) FAX:0749-22-6093

睡眠時無呼吸症候群（SAS）が疑われたら当院にご紹介ください

睡眠時無呼吸症候群（sleep apnea syndrome:SAS）は、睡眠中に呼吸が止まったり、弱い呼吸が続くことが繰り返される疾患で、30～60歳の男性の約4人に1人、女性では約10人に1人の割合といわれています。

睡眠中のいびき、夜間の頻尿、起床後倦怠感の残存、日中の集中力の低下などの症状があり、血中酸素の低下により心臓に負荷がかかり循環器疾患等のリスクが高まるとされています。



睡眠中のいびき



夜間の頻尿



起床後の倦怠感



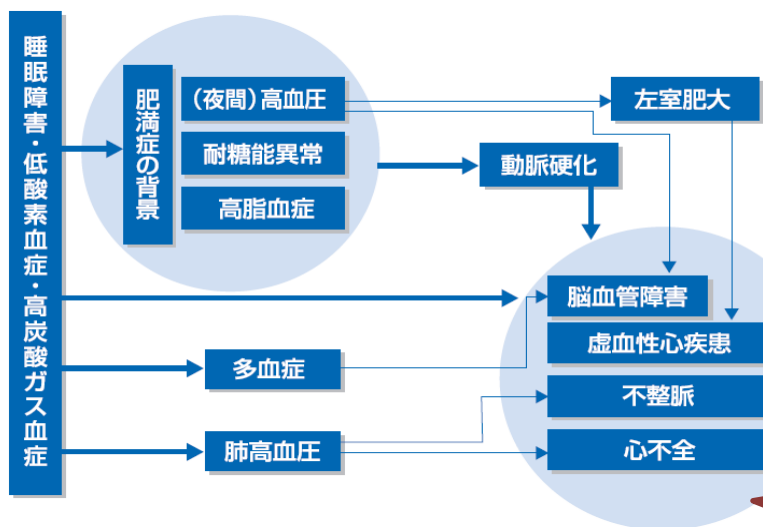
日中の集中力の低下

- 周囲からいびきをかいていることを指摘されたことがある
- 夜中に何度も目が覚めトイレにいく
- 朝に目が覚めると喉が渇いている
- 十分に眠ったはずなのに、朝起きてても疲れがとれない
- 日中眠気がひどい
- お酒を飲む機会が多く、いつもついつい飲みすぎてしまう
- 肥満体型でおなか周り（おへその高さ）が男性で85cm、女性で90cmを超えている
- 首が太くて姿勢が悪い
- 下あごが小さく歯並びが悪い
- アレルギー性鼻炎（鼻づまり）などの鼻の病気や、アデノイド、扁桃腺肥大など
- 喉の病気がある

当てはまる項目が6個以上ある場合、睡眠時無呼吸の可能性が高いです！

こんな患者さん
いらっしゃいませんか？

睡眠時無呼吸症候群と合併しやすい生活習慣病リスク



睡眠時無呼吸症候群の人は
睡眠時無呼吸症候群でない人
と比べると...

高血圧の危険性は2倍
冠動脈疾患の危険性は3倍
脳血管障害の危険性は4倍
心筋梗塞の危険性は4倍
とされています！

危険！！

心血管疾患では、高率に睡眠呼吸障害、特に閉塞性無呼吸を合併することが知られています。治療抵抗性高血圧では80%以上に合併するとの報告もあります。また、**睡眠呼吸障害が重症になるにつれて、脳卒中や心不全の有病率が高くなる**ことも知られています。

当院への受診の流れ

かかりつけ医

睡眠時無呼吸症が疑われた場合、貴院より当院地域医療連携室を介してご紹介いただき、予約後、耳鼻科外来を受診していただきます。

耳鼻科外来診察

医師の診察を受けていただき、自宅で行う簡易スクリーニング検査(アプノモニター)の説明をします。
貴院で、簡易スクリーニング検査(アプノモニター)をされてきた場合は、その結果をお持ちいただき、診察し、必要であれば次の検査に進みます。

アプノモニター(簡易検査)

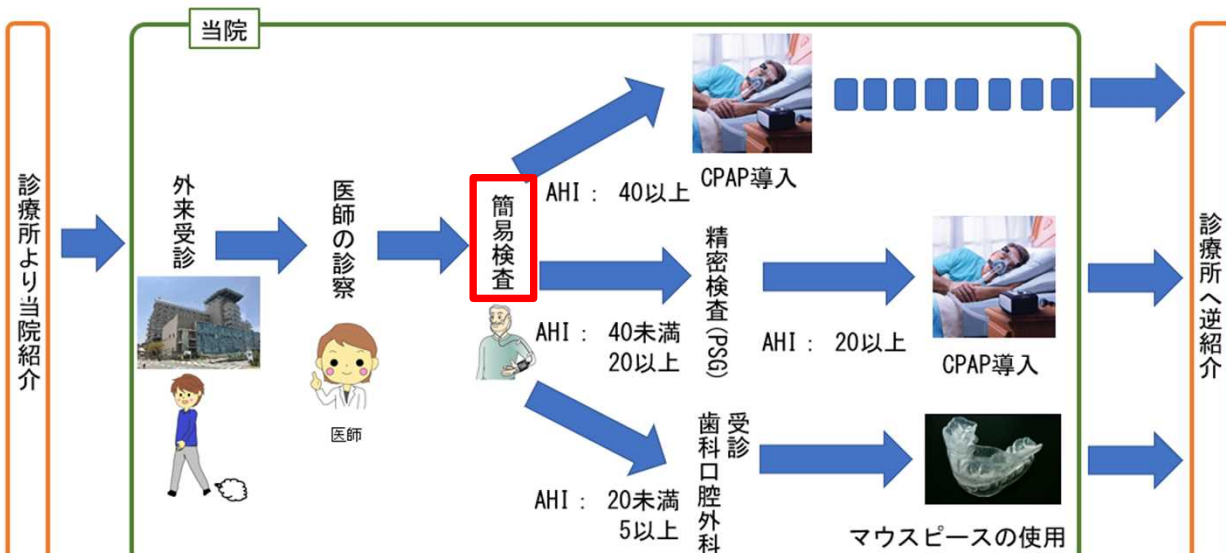
睡眠時無呼吸の検査には、簡易検査であるアプノモニターと精密検査であるPSG(ポリソムノグラフィー)があります。

- ・スクリーニングとして簡易的に自宅で検査することが可能です。
- ・血液中の酸素飽和度および呼吸の気流を測定することにより、無呼吸・低呼吸を判定します。
- ・簡易検査でAHI: Apnea Hypopnea Index(無呼吸低呼吸指数)が、1時間当たりの無呼吸・低呼吸の回数が40回/時を超えるとCPAP(持続陽圧呼吸療法)の対象となります。

自宅で2回程度測定。検査技師より説明があります

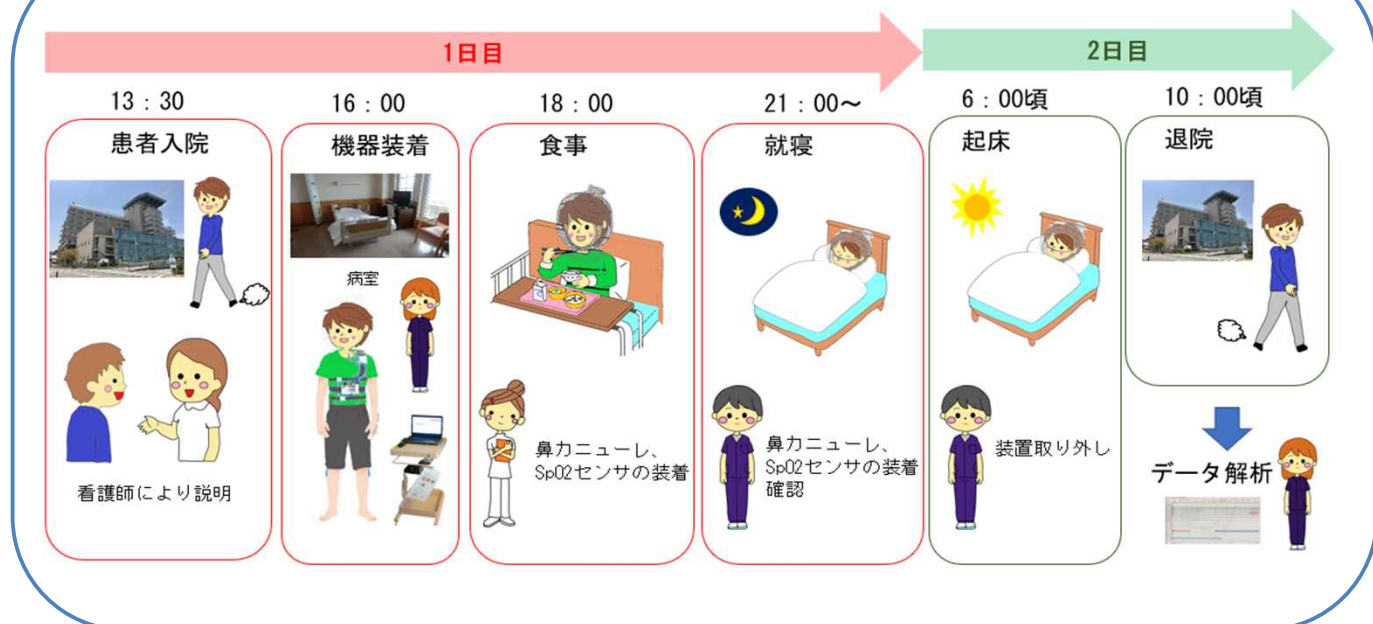


睡眠時無呼吸症候群の診断・治療の流れ(一例)



PSG(ポリソムノグラフィー)検査時の入院の流れについて

PSG入院当日の流れ



PSG(ポリソムノグラフィー)検査

・呼吸、脳波、血中酸素飽和度、心電図、筋電図などを測定することにより、睡眠の深さや質、無呼吸・低呼吸の種類を判定することが可能です。

・多くのセンサーを装着する必要があるため、**1泊の入院が必要です。**

(当院ではシャワー付きの個室で検査入院していただきます。)

・当院ではBluetooth機能搭載の検査装置を採用しており**無線通信での記録**を実施いたします。

そのため患者さんの**行動制限がなく、一人での食事、トイレが可能です。**

・PSG検査でAHJが20回/時を超えるとCPAP(持続陽圧呼吸療法)の対象となります。

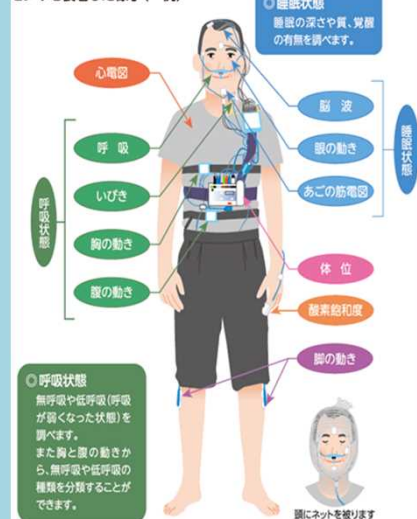
※他科での入院中にPSG検査は行えません。

検査当日は過度な運動、昼寝、飲酒はお控え下さい。ウィッグ、つけ髪は検査装着前までに必ず外しておいてください。

つけ爪、マニキュア等は落として来院してください。事前に顎ひげを剃って頂くようお願いする場合があります。



センサを装着した様子(一例)



～入院費用について～

医療費1割負担の方は21,870円、2割の方は32,020円、3割の方は42,180円となります。

また、特別室への入院となるため、別途個室代11,000円(1泊2日)、食事代920円(2食分)がかかります。

※万が一測定不良となった場合は、再検査をお願いする場合がございます。

(この場合、状況によっては別途費用が発生する場合がございます)