

エキサイだより

蒼 海
そう かい

第 3 号

発行：
平成21年7月01日

終夜睡眠ポリソムノグラフィー検査 (PSG検査)を始めました

この度、当院では睡眠時無呼吸症候群（SAS）の早期発見に有効な終夜睡眠ポリソムノグラフィー検査（PSG検査）を始めました。

日本人における、睡眠時無呼吸症候群の潜在患者は人口の1～2%（約200万人）と言われております。

みなさんは、次のような症状に心当たりはありませんか？

- ・日中しばしば居眠りをする
- ・大きないびきをよくかく
- ・夜中に何度も目が覚める
- ・夜中に息が苦しくなり目が覚める

これらの症状は、睡眠時無呼吸症候群によく見られる症状です。

睡眠時無呼吸症候群、終夜睡眠ポリソムノグラフィー検査につきましては、当院内科外来へお気軽にご相談下さい。

御存知ですか？ 睡眠時無呼吸症候群

大阪掖済会病院 心臓血管内科

田口 晴之

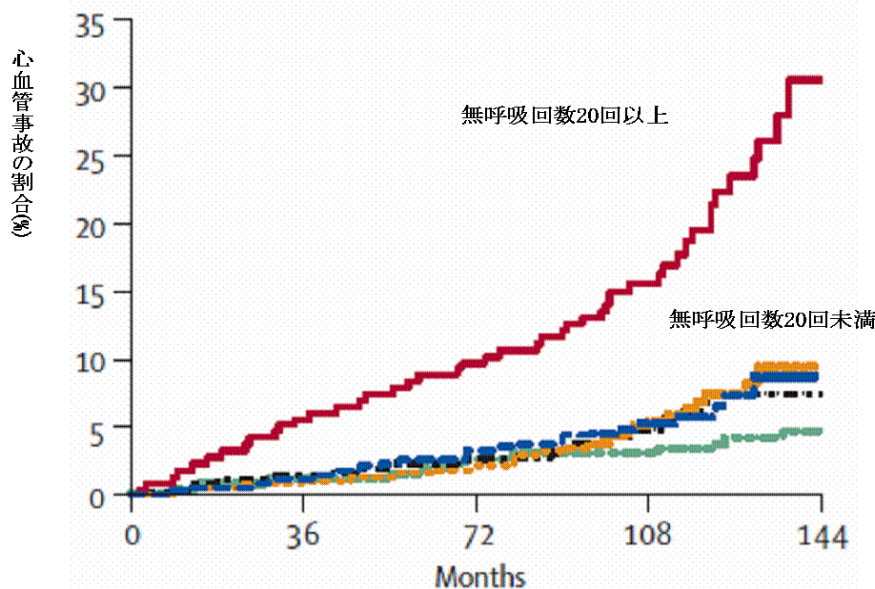
睡眠時無呼吸症候群（sleep apnea syndrome : S A S）という言葉は、皆さんも一度は聞いたことがあるのではないのでしょうか？

この病気は2003年新幹線の運転手が、乗務中の居眠りが原因で新幹線が緊急停車した事故の原因として、一躍？関心をもたれるようになった病気です。

どんな病気かというのと、文字どおり、眠っているときに無呼吸になる病気であります。無呼吸とは10秒以上呼吸がとまった状況のことであり、無呼吸回数が7時間に30回以上または1時間当たり5回以上あるとS A Sと診断します。

この病気の種類の約90%程度は肥満などが原因で気道を閉塞する、閉塞型であることが知られています。

また1時間の無呼吸数が20以上の重症のS A S患者さんでは心筋梗塞、心不全などの心血管事故を発症する率が高く、生命予後が悪いことが報告されています。※1



最近では、このS A Sが心不全、虚血性心疾患、高血圧などの循環器疾患だけではなく、糖尿病などの生活習慣病や、多血症、脳血管障害などと密接に関連していることが知られてきています。

米国の報告では健常人と比較して、S A S の患者さんでは高血圧は2倍、虚血性心疾患は3倍、脳血管疾患は4倍、糖尿病は1.5倍と報告されています。※2

これらのデータより、S A S を早期に発見し、治療することが重要になってきます。

このため当院でも早期発見、早期治療を開始する目的でS A S の診断目的での入院を開始しました。

これは強くS A S を疑う患者さんに1泊の入院をしてもらい、寝る前に頭や顔、体の必要な部位にテープで電極を貼りつけ、実際に一晩眠りながら脳波や呼吸、眼球、筋肉の動きなどを記録し、睡眠の状態について調べるものです。これによりS A S の確定診断を行います。

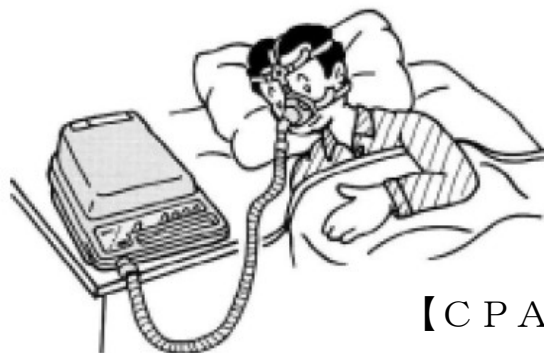
治療法に関しては、重症度によりますが、減量、C P A P、生活習慣の指導、手術などがあげられます。

その中でもC P A Pとは、聞きなれない言葉ですが、Continuous Positive Airway Pressureの頭文字をとってC P A P（シーパップ）と呼ばれています。

鼻に装着したマスクから空気を送りこむことによって、ある一定の圧力を気道にかける方法で、その際、閉塞した気道を開けて無呼吸を改善する方法であります。

1時間の無呼吸回数が20以上で保険診療でのC P A P治療が適用となります。

図で見るとかなりものものしく、普通の人ならばとても眠りにくいのですが、S A S 患者さんでは、多くの人が睡眠感の改善を認め、昼間の眠気などは改善します。



【C P A P 装着状態】

もし、いびきが大きく、寝ているときに息をしていないことを家族に指摘されたことがある方、昼間仕事をしていても非常に眠い方、一度外来受診してみませんか？

※1 : Jose M Marin et al, Lancet 2005;365:2046-2053

※2 : Nieto FJ, Young et al: JAMA 2000;283:1829-1836

当院でのPSG検査について

当院でのPSG検査では、まず内科外来を受診して頂き、検査の説明ならびに予約をさせていただきます。

検査当日は、一泊入院が必要となりますが、夕方に入院していただき明朝には退院となります。

検査の流れとしましては、

- ・ 夕方5時から6時の間に入院していただきます
(入院するお部屋は個室を使用します)
- ↓
- ・ 入院後夕食を取っていただいた後、8時から9時の間に検査に必要なセンサー（電極）を装着いたします
- ↓
- ・ センサー装着後に就寝していただき、明朝まで観察します
- ↓
- ・ 検査終了後、朝食を取って退院となります

※ 検査終了後3日で解析結果をお知らせできます

各種センサーを装着した状態での睡眠となりますが、全く痛みのない検査ですのでリラックスして受けて下さい。

お仕事の都合上、平日に入院できない方にも対応できるよう、金曜・土曜・祝前日にも受け付けております。

その他、来院時間などご希望がございましたらご相談ください。

大阪掖済会病院 病院広報誌

『蒼海 エキサイだより』 第3号

発行：平成21年7月01日

編集：大阪掖済会病院

広報・地域医療連携委員会