睡眠時無呼吸症候群の治療

―「睡眠医学センター」は北陸唯一の学会認定を受けた施設です ―

61-2 呼吸器科（呼吸器内科）睡眠医学センター

1．睡眠時無呼吸症候群の症状

このリーフレットでは、睡眠障害を訴えて来院された患者さんの診断から治療までの流れを説明します。患者さんの多くは、

「寝ているとき息が止まっている。イビキがすごい。」

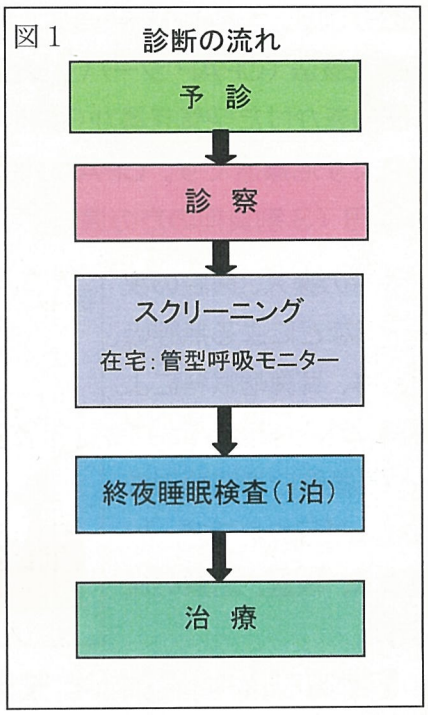
「よく眠れない。熟睡できない。」

「日中眠くて仕事にならない。」

「クルマの運転中眠くなる。居眠り事故を起こしてしまった。」

といったような睡眠の問題を抱えて受診されます。

図 1 診断の流れ



2．予診と診察

受診された患者さんは、予診で睡眠の簡単なエピソードを聴取し、胸部単純写真、血液学的検査（白血球数、赤血球数、血小板数等）、生化学検査（腎機能、肝機能、脂肪、尿酸）を行ったあとで、睡眠外来担当医の診察を受けます。

睡眠外来担当医は、たとえば次のような問診を行います。

○睡眠や眠気にまつわるエピソード

○睡眠時間は何時間か？

○勤務時間帯について（夜間就労の有無、週何回の夜勤か？）

○体重の変化など

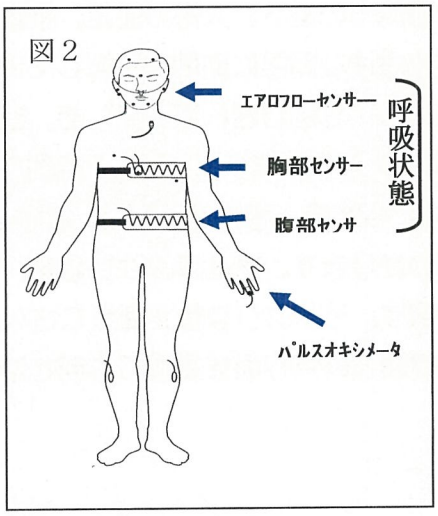
睡眠時無呼吸症候群では高血圧（患者の 45.7%）、高脂血症（患者の 27.7%）、高尿酸血症（痛風）（患者の 7.1%）等がかなりの割合で合併しますので、そのことについても問診します。睡眠時無呼吸症候群は全身疾患であり、生活習慣病に密接に関連があります。

3．検 査

診察の結果、睡眠時無呼吸症候群の可能性が高いと判断された場合、患者さんのご自宅で簡易型の睡眠モニター検査（図２）を行っていただきます。料金は３千円程度です。

簡易型睡眠モニターの検査の結果、睡眠時無呼吸症候群の可能

図 2



お問い合わせ等は、下記へお願いいたします

金沢医科大学病院 医事課（電話）076-218-8211 直通
920-0293 石川県河北郡内灘町大学 1-1 ijika@kanazawa-med.ac.jp FAX 076-286-8371

性が極めて高い場合、さらに詳しく脳波や心電図、呼吸状態を調べる終夜睡眠検査（終夜ポリグラフ）を行います。この検査の結果、10 秒以上の無呼吸が 1 時間に 5 回以上または一晩 7 時間の睡眠中に無呼吸状態が 30 回以上おきる場合、睡眠時無呼吸症候群と診断します。料金は 1 泊 2 日で約 30,000 円程度です。

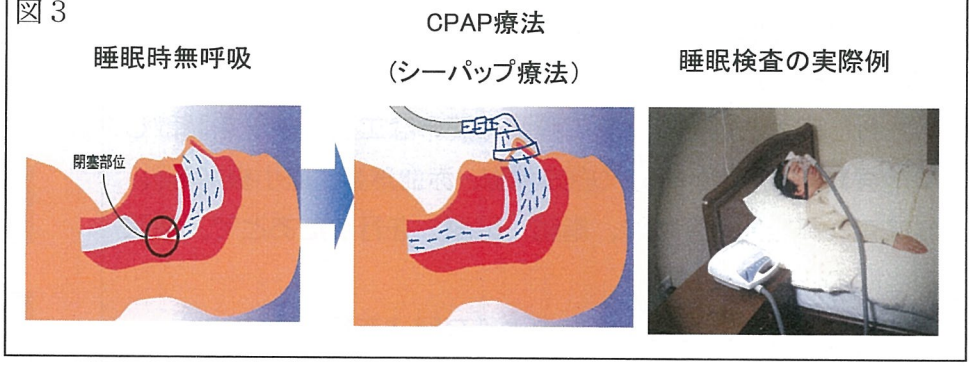
終夜睡眠検査室（個室1泊）

4．治 療

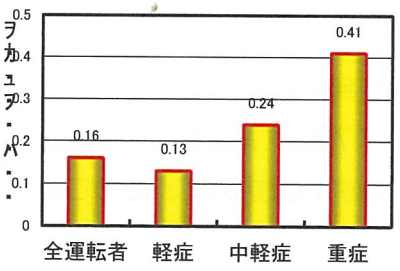
終夜睡眠検査の結果、1 時間あたり無呼吸数が 5 回～20 回未満は、主に歯科装具（入れ歯のようなもの）を夜間に装着して気道を広げます。1 時間あたり無呼吸数が 20 回以上の場合は持続陽圧換気療法（CPAP シーパップ図 3）で治療します。この方法は、圧力をかけた空気を鼻から流して閉塞した気道を広げて無呼吸をなくす治療法です。CPAP 治療は、月 1 回の診察と管理料 4500 円（3 割負担の方の場合）で貸し出されます。

扁桃腺の腫大、鼻腔の狭窄・変形などによる無呼吸の場合は、耳鼻咽喉科による外科的治療（レーザー治療、口蓋垂軟口蓋咽頭形成術など）が行われます。以上が診断、検査、治療の流れです。

図 3



5．睡眠時無呼吸症候群と交通事故の関係

睡眠時無呼吸症候群の症状は日中の倦怠感、強い眠気による学習能力の低下、人格の変化、家庭不和、労働成果の低下などさまざまな問題に影響を及ぼしています。近年、交通事故の原因としても注目されてきました。全運転者と睡眠時無呼吸の軽症、中等症、重症患者の運転者の交通事故発生率をみると（図 4）、中等症、重症の患者で事故の発生率が増加していることがわかります。交通事故は加害者、被害者、家族の人生を狂わせます。そのような悲劇を起こさないためにも、睡眠障害とりわけ睡眠時無呼吸症候群の発見と治療が重要なのです。

OSAS 患者の重傷度別交通事故発生率