

# むらいクリニック通信

Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic

まだまだ真夏なみの暑さが続きますが、お変わりございませんか。  
季節がらなにかと忙しくなる時期、くれぐれも健康にご留意下さい。  
今回は睡眠時無呼吸症候群(SAS)と高血圧の関係について説明します。



## =睡眠時無呼吸症候群(SAS)が高血圧になる=

SASの方は肥満している人が多いので高血圧になるのでは？と想像されている方が多いと思いますが、同じ体重で健康な人とSASの人を比較した研究でSASの人の方が2倍高血圧になりやすいというデータが出ています。SAS患者の50～90%に高血圧が合併するといわれています。つまりSASは高血圧の危険因子になるということです。

高血圧には腎臓疾患などによる原因が分かっている二次性高血圧と原因のはっきりしない本態性高血圧に分けられます。二次性高血圧は5%程度であとの95%は本態性高血圧です。本態性高血圧の患者さんにSASを合併する比率は約30～60%といわれ、本態性高血圧の原因としてSASが原因の高血圧と特定できるものがあります。



### [SASが高血圧を引き起こす要因は]

- ★夜間の低酸素血症や覚醒反応(無呼吸のたびに苦しくて脳が覚めてしまう現象)により交換神経が興奮する。
- ★胸腔内圧の低下(喉が塞がるために、あえいだ状態になり胸の中が陰圧になる)により静脈の血流が多くなる。

(これに肥満など高血圧の悪化因子が加わるとさらに悪くなります。)

SASでない高血圧の患者さんは夜間交感神経は安定しているため、比較的夜間の血圧は安定しています。しかしSAS患者さんは無呼吸を繰り返すことにより夜間も交感神経が興奮しているため睡眠中も血圧が高い人が多く、その状態が日中まで引きずられ一日中血圧が高い状態に陥っている人もいます。そのような状態ですから血圧が高いだけではなく心臓にも負荷がいつそうかかり、さらに心臓病や脳血管障害も引き起こす可能性があるのです。

### ☆睡眠時無呼吸を治療すると高血圧も改善される☆

SASを治療することによって無呼吸はもちろん高血圧もコントロールできます。特に有効といわれているCPAP治療は大きな効果が期待されます。CPAP治療をされている方で、質問があったりお困りのことがある場合は遠慮せずに先生または技師にご相談ください。



睡眠と生活習慣病を考えるサイト引用

#### ◆◆◆◆クリニックよりのお祝い◆◆◆◆

泊りの検査を予約された方は、特別な事情を除いてはキャンセルをお控え下さい。  
キャンセルされる場合は、早めの連絡をお願いします。

CPAP使用の患者さんは土曜日や20日以降の受診は大変込み合い、待ち時間が長くなります。  
CPAPの使用状況に関係なく月1回受診してください。

月末に来院のない方は受診予定の確認のため、当院もしくは機器メーカーより連絡をする場合がありますので御了承ください。

耳鼻咽喉科・アレルギー科  
いびき・無呼吸検査治療室

〒503-0836  
岐阜県大垣市大井2-44-2

むらいクリニック



予約QR