

# むらいクリニック通信

Murai Clinic Murai Clinic



## タイトレーションについて

閉塞性睡眠時無呼吸症候群（OSAS）に対する治療の第一選択はCPAPであり、その有効性、安全性とも確立されています。CPAPは適切な圧で施行されれば、ほぼ完全にいびきや無呼吸を消失させることができますが、あくまでも対症療法のため、治療を継続させることが重要です。そのためには適正圧の設定が重要で、原則的にPSG下でタイトレーションを行って適正圧を決定します。一晩の全睡眠経過を通じて、いびき・無呼吸・低呼吸が認められず、血液酸素飽和度（SPO<sub>2</sub>）も90%以下にならず、かつ中途覚醒を惹起しない圧力が適正圧ということになります。圧の設定が低いと有効性が失われ、圧が高すぎると無呼吸は完全に抑えることができますが、流入する空気量が多くなり、不快感が強くなり、中途覚醒を惹起してしまうことがあります。理想的には、睡眠構築、いびき・無呼吸・低呼吸、SPO<sub>2</sub>低下のすべてを改善する圧力が最適です。

CPAP圧は年齢、体重の変化でも変わってきますので、タイトレーションを施行し最適な圧力で使用していただくことをお勧めします。

タイトレーションのもう一つの目的は、無呼吸を取り除いた上で他の睡眠障害がないかをみることができます。CPAPを使用しているも、何度も目が覚める、昼間の眠気がなくならない、足のだるさなど他の睡眠障害がかくれている可能性があります。

年に一度のタイトレーション検査をお勧めします。



帝人SAS資料引用

## CPAP使用中の患者さんの訴えに対する対策

原因	対策
1.マスクの圧迫、漏れ	マスクの変更 ベルト、クッションの再調整
2.鼻閉、痛み、口渇	加湿器・加温チューブの併用、鼻炎の治療
3.呼気時の息苦しさ	★呼気時圧力軽減機能の設定
4.睡眠時無意識に外す	適正圧の見直し、マスク変更、部屋の環境の改善
5.機械音がうるさい	設置場所の変更、異常音なら点検
6.昼間の眠気が改善しない	タイトレーションを行い、CPAPの効果の再評価、PLM(周期性四肢運動)、ナルコレプシーなどの合併の有無について検討

花粉症シーズンの到来です。鼻閉により鼻腔通気が損なわれるとCPAPの使用が困難になります。症状が進行してしまうと治療反応性も悪くなります。症状出現前からの初期治療も有効です。早めの治療開始をおすすめします。

**ひと言メモ** ★呼気時圧力軽減機能  
呼気時に供給圧力を下げ、呼気時の不快感を取り除きます。吸気時には設定圧力に戻す設定です。

成人の睡眠時無呼吸症候群診断と治療のためのガイドラインなど参照

### ●クリニックよりのお願い●

PSGを予約された方は、原則当日キャンセルをお断りしております。キャンセル希望の場合には1週間以上前に連絡してください。CPAP使用の患者さんは使用状況に関係なく、**月1回の受診**が必要です。受診予約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する場合がありますのでご了承ください。

耳鼻咽喉科・アレルギー科  
いびき・無呼吸検査治療室



## むらいクリニック

〒503-0836  
岐阜県大垣市大井2-44-2  
Tel. 0584-77-3838 Fax 0584-77-3839  
予約専用Tel. 0584-47-9898  
<http://www.murai-clinic.jp>