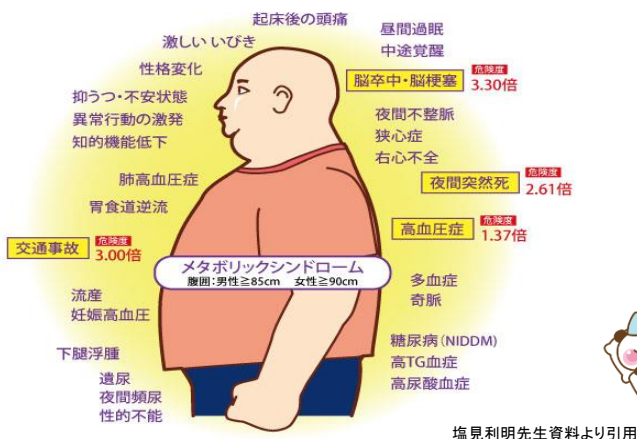


むらいクリニック通信

睡眠時無呼吸症候群と合併症

睡眠時無呼吸症候群は、睡眠中に呼吸が止まることによって覚醒反応や血液の酸素量低下が起き、様々な合併症を引き起こす恐れがある病気です。睡眠中の呼吸停止により、「寝ている時に亡くなることが多い病気？」と思いがちですが、そのような病気ではありません。下記のような多くの合併症を引き起こし、生存率を低下させることが分かっています。

- 心筋梗塞
 - …睡眠時に呼吸が止まると血液の流れが悪くなり、呼吸再開時に一気に血液が流れるために、心臓に負担がかかり、心筋梗塞を起こすおそれがあります。
- 高血圧
 - …血液の流れの悪さで、血圧が上がりやすくなります。
- 認知症
 - …無呼吸が起こると、血液の酸素の量が減るため、脳への酸素の量も減ってしまいます。そのため、脳の機能が低下しやすくなり、認知症に罹る確率が上がります。
- 脳卒中
 - …脳への酸素不足、血液の流れの悪さで脳卒中の危険性が高まります。
- 糖尿病
 - …無呼吸で睡眠の質が下がると代謝も悪くなります。そのため、肥満になりやすくなり、血糖値も上がりやすくなり、糖尿病に罹る危険性があります。
- 精神疾患
 - …昼間眠くなり、昼間長時間の睡眠をとってしまい、夜眠れなくなる。朝スッキリした感じがなく、日中のダルさが続く。こういった症状が続くと気持ち的な面でもやる気が起きなくなり、会社や学校を休みがちになってしまいます。
- その他
 - …脂質異常症、動脈硬化、不整脈（徐脈性不整脈、房室ブロック、心房細動、心不全、肺高血圧症、慢性腎臓病、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、慢性咳嗽、喘息、胃食道逆流症、非アルコール性脂肪肝炎、流産、妊娠高血圧症、夜間頻尿、性的不能、高尿酸血症など



合併症の中には生命に直接関わる疾患も多く存在します。CPAPなどの無呼吸の治療を続けていけば、これらの合併症のリスクを下げるすることができます。合併症に罹らないためにも、しっかりと治療を続けていきましょう。また、日頃の生活習慣も合併症に関連します。食事や睡眠サイクルなどの日常生活のことを今一度見直し、規則正しい生活を心掛けていきましょう。

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>

●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。

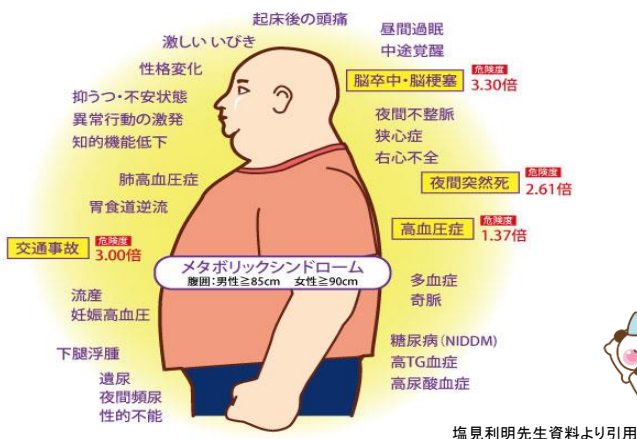
むらいクリニック通信

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

睡眠時無呼吸症候群と合併症

睡眠時無呼吸症候群は、睡眠中に呼吸が止まることによって覚醒反応や血液の酸素量低下が起き、様々な合併症を引き起こす恐れがある病気です。睡眠中の呼吸停止により、「寝ている時に亡くなることが多い病気？」と思いがちですが、そのような病気ではありません。下記のような多くの合併症を引き起こし、生存率を低下させることが分かっています。

- **心筋梗塞**
…睡眠時に呼吸が止まると血液の流れが悪くなり、呼吸再開時に一気に血液が流れるために、心臓に負担がかかり、心筋梗塞を起こすおそれがあります。
- **高血圧**
…血液の流れの悪さで、血圧が上がりやすくなります。
- **認知症**
…無呼吸が起こると、血液の酸素の量が減るため、脳への酸素の量も減ってしまいます。そのため、脳の機能が低下しやすくなり、認知症に罹る確率が上がります。
- **脳卒中**
…脳への酸素不足、血液の流れの悪さで脳卒中の危険性が高まります。
- **糖尿病**
…無呼吸で睡眠の質が下がると代謝も悪くなります。そのため、肥満になりやすくなり、血糖値も上がりやすくなり、糖尿病に罹る危険性があります。
- **精神疾患**
…昼間眠くなり、昼間長時間の睡眠をとってしまい、夜眠れなくなる。朝スッキリした感じがなく、日中のダルさが続く。こういった症状が続くと気持ち的な面でもやる気が起きなくなり、会社や学校を休みがちになってしまいます。
- **その他**
…脂質異常症、動脈硬化、不整脈（徐脈性不整脈、房室ブロック、心房細動、心不全、肺高血圧症、慢性腎臓病、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、慢性咳嗽、喘息、胃食道逆流症、非アルコール性脂肪肝炎、流産、妊娠高血圧症、夜間頻尿、性的不能、高尿酸血症など



合併症の中には生命に直接関わる疾患も多く存在します。CPAPなどの無呼吸の治療を続けていれば、これらの合併症のリスクを下げることができます。合併症に罹らないためにも、しっかりと治療を続けていきましょう。また、日頃の生活習慣も合併症に関連します。食事や睡眠サイクルなどの日常生活のことを今一度見直し、規則正しい生活を心掛けていきましょう。

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>

●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。