

むらいクリニック通信

CPAP治療の影響



ちょっとした工夫で気になる症状・使用感を改善

CPAP治療を始めたら、気になる不快な症状が出てくることがあるかも知れません。ここでは代表的な症状とその対処方法の一例をご紹介します。我慢したり、独断で治療を中止したりせずに主治医に相談の上正しく対処しましょう。

★CPAP装置から送られる空気の圧力になかなか慣れず眠れない

CPAP装置からは息を吐く時にも空気が送られてくるため、治療を始めて間もない頃は違和感があるかもしれません。CPAP装置には治療に必要な圧力を供給するまで時間を遅らせる機能（ランプ時間）、吐く時だけ圧を下げる機能が付いています。これを用いるといい場合もあります。



質問、困った事があったら
医師、スタッフに相談
しましょう。

★マスクがあたる鼻周囲がかぶれたり赤くなったりする

マスクフィッティングを見直しましょう。フィッティングを見直しても改善しない時は、マスクのそのものの形が違ってない可能性も考えられます。別のタイプのマスクへの変更も考えましょう。マスクの汚れが原因になる事もありますので、お手入れもこまめにしましょう。

★お腹が張る感じがする

無意識に空気を飲み込んでしまう事で、お腹が張ったようになる事があります。おならやげっぷが出やすくなる事もあります。CPAP装置の圧の調整で改善する場合があります。

★喉や口が乾いてしまう

口を開けて眠っていると、鼻から送った空気が口から抜けるため、喉や口が乾燥します。口を閉じて眠るためのバンド（チンストラップ）もあります。空気の乾燥による乾燥は寝室に加湿器を置いてみましょう。またCPAP装置に接続できる専用加湿器、加温チューブもあります。

★鼻の通りが悪い

アレルギー性鼻炎や花粉症、風邪などで鼻の通りが悪くなっている場合は薬でコントロールすることで症状が改善する場合があります。花粉症の場合、CPAPフィルターを花粉を取り除く花粉用防塵用エアフィルターに交換することで楽になることがあります。

今年の花粉情報

2019年の夏は平年よりも暑くなりましたが、前線や湿った空気の影響で曇りや雨の日が多く、日照時間は平年を下回りました。このためスギ、ヒノキの雄花の生長にはやや不向きな条件であったと考えられます。夏の天候とここ数年の飛散傾向から、今年シーズンの花粉飛散量は平年の82~98%、2019年の44~71%となる予想です。ただし、風の強い日や雨上がりの晴天時などは花粉が飛散しやすいため油断せず対策を行ってください。

●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。

★耳鳴りがする

耳と鼻はつながっているため、圧力のかかった空気が耳に抜けて不快に感じることがあります。違和感がある時はCPAP装置の圧を調整することで症状が改善する場合があります。

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>

むらいクリニック通信

CPAP治療の影響



ちょっとした工夫で気になる症状・使用感を改善

CPAP治療を始めたら、気になる不快な症状が出てくることがあるかも知れません。ここでは代表的な症状とその対処方法の一例をご紹介します。我慢したり、独断で治療を中止したりせずに主治医に相談の上正しく対処しましょう。

★CPAP装置から送られる空気の圧力になかなか慣れず眠れない

CPAP装置からは息を吐く時にも空気が送られてくるため、治療を始めて間もない頃は違和感があるかもしれません。CPAP装置には治療に必要な圧力を供給するまで時間を遅らせる機能（ランプ時間）、吐く時だけ圧を下げる機能が付いています。これを用いるといい場合もあります。



質問、困った事があったら
医師、スタッフに相談
しましょう。

★マスクがあたる鼻周囲がかぶれたり赤くなったりする

マスクフィッティングを見直しましょう。フィッティングを見直しても改善しない時は、マスクのそのものの形がっていない可能性も考えられます。別のタイプのマスクへの変更も考えましょう。マスクの汚れが原因になる事もありますので、お手入れもこまめにしましょう。

★お腹が張る感じがする

無意識に空気を飲み込んでしまう事で、お腹が張ったようになる事があります。おならやげっぷが出やすくなる事もあります。CPAP装置の圧の調整で改善する場合があります。

★喉や口が乾いてしまう

口を開けて眠っていると、鼻から送った空気が口から抜けるため、喉や口が乾燥します。口を閉じて眠るためのバンド（チンストラップ）もあります。空気の乾燥による乾燥は寝室に加湿器を置いてみましょう。またCPAP装置に接続できる専用加湿器、加温チューブもあります。

★鼻の通りが悪い

アレルギー性鼻炎や花粉症、風邪などで鼻の通りが悪くなっている場合は薬でコントロールすることで症状が改善する場合があります。花粉症の場合、CPAPフィルターを花粉を取り除く花粉用防塵用エアフィルターに交換することで楽になることがあります。

今年の花粉情報

2019年の夏は平年よりも暑くなりましたが、前線や湿った空気の影響で曇りや雨の日が多く、日照時間は平年を下回りました。このためスギ、ヒノキの雄花の生長にはやや不向きな条件であったと考えられます。夏の天候とここ数年の飛散傾向から、今年シーズンの花粉飛散量は平年の82~98%、2019年の44~71%となる予想です。ただし、風の強い日や雨上がりの晴天時などは花粉が飛散しやすいため油断せず対策を行ってください。

●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。

★耳鳴りがする

耳と鼻はつながっているため、圧力のかかった空気が耳に抜けて不快に感じることがあります。違和感がある時はCPAP装置の圧を調整することで症状が改善する場合があります。

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>