

# むらいクリニック通信

## 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、安全性ともに確立しています。CPAPは適切な設定で施行されれば、ほぼ完全に無呼吸やいびきを消失させることができますが、治療を継続させる事が重要です。そのため**適正な圧やモードの設定が重要**で、原則的にPSG下でタイトレーションを行って適正な設定を決定します。CPAP使用下にPSGを行います。別室で圧をリモートで変更しながら適正な圧やモードを見つけ出します。**赤外線暗視カメラで睡眠の状態をモニタリング**し体位依存性のいびきや無呼吸、脚運動の有無などを評価します。CPAP使用中脳波を観測することにより様々なイベントに起因する覚醒反応をみます。睡眠深度、構築、どのような時、どのような体勢の時覚醒反応がおきるかなどを評価します。

### タイトレーションの目的

- ① 現在の治療効果の評価
  - ・無呼吸、低呼吸は軽減できているか
  - ・中枢性無呼吸の出現はないか
  - ・睡眠の構築は正常化しているか
  - ・歯ぎしりや脚運動による覚醒反応の出現はないか
  - ・マスクフィッティングは良好か
- ② 睡眠時無呼吸症候群以外の睡眠障害の診断
  - ・無呼吸、低呼吸を取り除いた上で他の睡眠障害がないかを見ることです。
 CPAPを使用していて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かっている可能性があります。



CPAP機器が適切に反応せず十分な治療効果が得られていない場合このような症状が見られます。

- 圧が十分にかからない場合
  - ・ 無呼吸、低呼吸、イビキの残存
  - ・ 中途覚醒（脳波上の覚醒）
  - ・ 睡眠の分断
  - ・ 日中の眠気
- 圧が過剰にかかる場合
  - ・ 中途覚醒
  - ・ 睡眠の分断
  - ・ 不快感、マスクからのエア漏れ
  - ・ 覚醒後寝付きが悪い（再入眠困難）
  - ・ 胃内ガス貯留（膨満感、げっぷ、おならが出る）

帝人SAS資料引用

### 治療時出現中枢性睡眠時無呼吸…という病気もあります！

閉塞性無呼吸が優位であった患者が、CPAP使用中に閉塞性無呼吸は大幅に解消しているのに、中枢性無呼吸が残存あるいは出現することがあります。Hering-Breuer Reflexが関与していると考えられ、**漫然とCPAPを使用しているのは好ましくない**と言われます。主にREM睡眠でより高値となるため脳波観測下での評価が必要でCPAP使用下でのPSG（タイトレーション）が定期的に必要といわれております。

外来での評価はあくまでも目安です。

車の車検と同じように、特に問題がなくても検査をうけることにより異常が見つかる事が多々あります。事故が起こってからでは遅い、つまり問題が起きる前に、早期発見、早期治療が必要です。CPAPの圧力は年齢、体重の変化によっても変わってきます。年に一度くらいのペースでタイトレーション検査を受けられる事をお勧めします。

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>