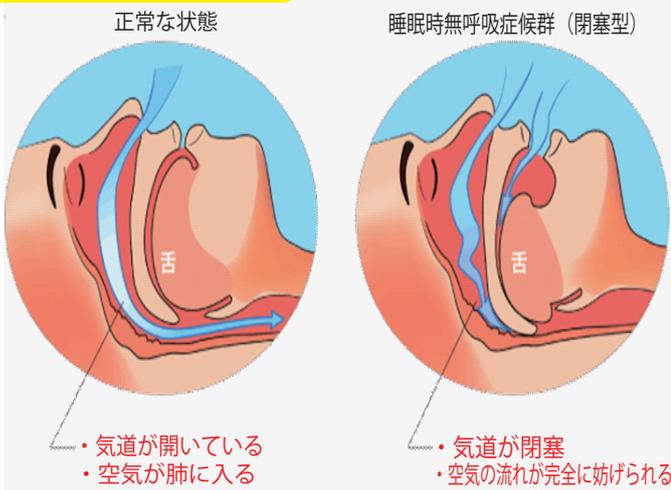


こんにちは、最近白髪を染めたら同級生から「なんば若作りしとっとかい〜」と言われてしまっている院長の堀内晃です。さて、今号のお題は**睡眠時無呼吸症候群**についてです。このところ睡眠負債の話がテレビで話題になっていますが、睡眠負債とは、毎日の睡眠時間が不足することが原因で**がんや心不全、認知症**などの原因になっているとのことですね。ただし、睡眠が不足してるわけなので、睡眠時間を増やせば問題は解決しますよね。



睡眠時無呼吸症候群



今回、私がお話する**睡眠時無呼吸症候群**は、十分な睡眠時間をとっているにもかかわらず実は睡眠が取れていないことによる病気の発生を意味します。これは、お口の容積に対するベロの体積の比率や口呼吸などを誘発する顎の形態が原因のようです。

もともと日本人は骨格的に顔の前後計が短く、呼吸器系に不利な顔をしています。

無呼吸とは文字通り、寝ている時に呼吸が止まっていることを意味し、1時間で何回呼吸が止まっているかという数値 (AHI) で表します。子供ではこの数値は1以下が正常値だそうです。

子供の無呼吸は、やる気が起きない、学業の成績が上がらない、イライラしやすい、ネガティブな性格になりやすいなどと困ったこととなります。

成人してからは根本的な治療はできず、対症療法として就寝中に空気の通り道である喉がふさがらないようにするための装置をつけるか陽圧で酸素を鼻から流し込む装置をつけるか、外科的な治療になってしまいます。ほとんどの場合、自分が無呼吸になっているという自覚がないため事が起ってからはじめて発覚するというケースがほとんどだそうです。



(CPAP(シーパップ)療法:経鼻的持続陽圧呼吸療法)



当院では、歯並びを治しながら、お口の容積を大きくしていく治療をおこなっています。

顔の骨格自体を治療しますので、なるだけ小学校低学年からの治療が望ましいようですよ。



あなたのお子様は大丈夫ですか？  
小さい頃から  
治していきましょう！