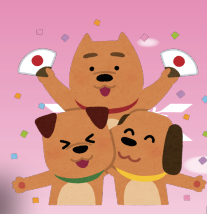


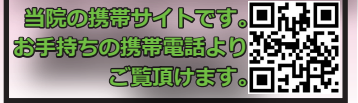


歯っぴい 堀内歯科新聞



〒854-0001 諫早市福田町 37-3
TEL 0957-21-5333
E-mail hdc@horiuchi-sika.com

vol. 46



あけましておめでとうございます。院長の堀内昇です。さて、今号のお題は、前回に引き続き**睡眠時無呼吸症候群**についてです。

最近、テレビの健康番組でも話題になっていたりしますので、みなさんご存じだと思いますが、認知症が**世界一多い日本**ですよ。これに関与しているのが無呼吸ということが分かっているんですよ。



いびきは睡眠時無呼吸の前兆です



他に、睡眠時無呼吸があるだけで**高血圧症、脳卒中、狭心症、心筋梗塞など循環器病**を合併する危険が高まることがわかっています(表2)。無呼吸回数が多くなるにつれて、つまり重症になればなるほど、そのリスクは高くなります。

いびきは無呼吸の前兆です。そのため、いびきは睡眠時無呼吸症候群の患者さんの多くに認められます。しかしこの症候群はいびき以外には自覚症状が出にくい病気です。

うつ病と関連の深い病気であることも分かっています。無呼吸の症状が表れると酸素が体に取り込まれません。酸欠の影響を真っ先に受けるのが、脳です。脳が酸欠状態になると全体的な機能が低下します。脳機能の低下が起こると、うつ病を発症しやすくなるとされています。さらに**無呼吸によるガンのリスクは、なんと4倍以上**。

無呼吸症候群は、太り過ぎ・肥満にも関係が強いです。**太り過ぎによって喉の空気の通り道を圧迫**し、睡眠時などに無呼吸が起こってしまうのです。生活習慣によって無呼吸症候群となり、その無呼吸によって体内に低酸素状態を継続的に生んでしまう環境ができてしまうということがガンの発生を引き起こしているようです。

無呼吸を早くみつけ、治療することが大切だと言えます。専用のマウスピースや鼻から陽圧で酸素を送り込む装置(シーパップ)を使用するなどして無呼吸の状態をなるべく緩和することが望ましいですね。

表2 睡眠時無呼吸症候群(SAS)患者は循環器病を合併しやすい

SAS患者の合併リスク (健常者と比べて)

高血圧症	約2倍
狭心症・心筋梗塞	2~3倍
慢性心不全	約2倍
不整脈	2~4倍
脳卒中	約4倍
糖尿病	2~3倍

循環器領域における睡眠呼吸障害の診断・治療に関するガイドライン(循環器病の診断と治療に関するガイドライン2008-2009合同研究班報告) ,Circ J74 (Suppl. II), 963-1084, 2010.

院長 堀内 昇

睡眠時無呼吸症候群

うつ病と深い関係



脳



がん

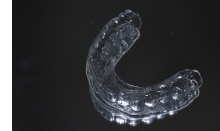


太りすぎ・肥満



喉の空気の通り道を圧迫

専用のマウスピース



CPAP



無呼吸を早くみつけ治療をすることが大切!