

「睡眠時無呼吸(SAS)外来」 を開設しました！

診療日：第3水曜日 14時～15時半（予約制）

「睡眠時無呼吸症候群セルフチェック」

以下の7つの質問にすべてお答え下さい。当てはまる項目の合計点数が3点以上の方は、「睡眠時無呼吸症候群」の可能性が高いと言われています。

質 問	点数
・ しょっちゅうイビキをかく	1.5
・ 肥満傾向がある	1.5
・ 高血圧がある(高血圧の薬を飲んでいる)	1.5
・ 昼間の眠気、居眠りで困る(工作中、会議中、運転中など)	1.5
・ 夜間の眠りが浅い、しばしば目が覚める(トイレで目が覚める場合も含む)	1.0
・ いくら寝ても朝疲れが取れていない感じ、朝しばしば頭痛がある	1.0
・ 夜間寝ているときに息が止まる事がある(と言われる)	3.0

受診を希望される方は以下までお問い合わせ下さい。

クリニックほりかわ
京都市上京区堀川通今出川上る北舟橋町 845 番地
075-441-8185
hori-hp@horikawa-hp.or.jp

いびき&無呼吸に要注意!

もしも、睡眠時無呼吸症候群(SAS)を見逃したら…

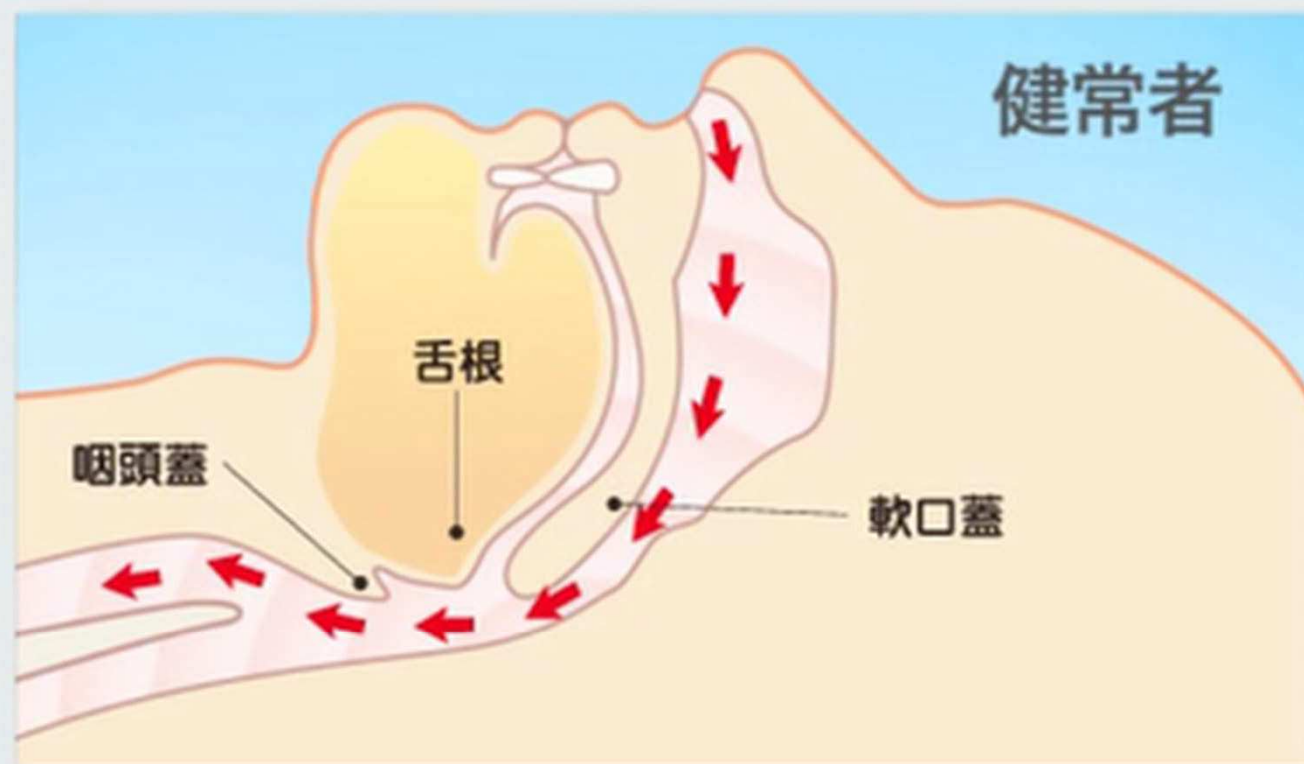
特集

睡眠時 無呼吸症候群



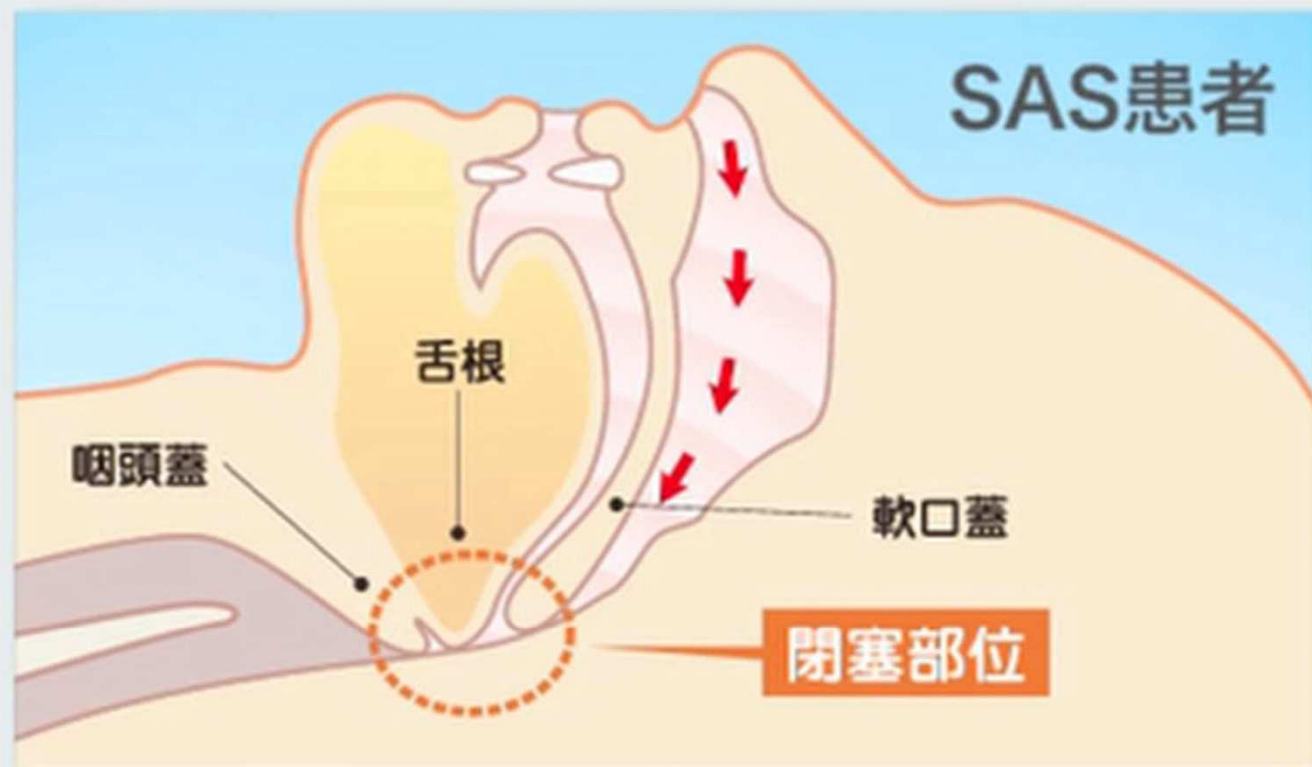
SASの主な症状

1 大きないびき



SASの主な症状

1 大きないびき



脂肪沈着・扁桃肥大・舌が大きい・アゴが小さい

SASの主な症状

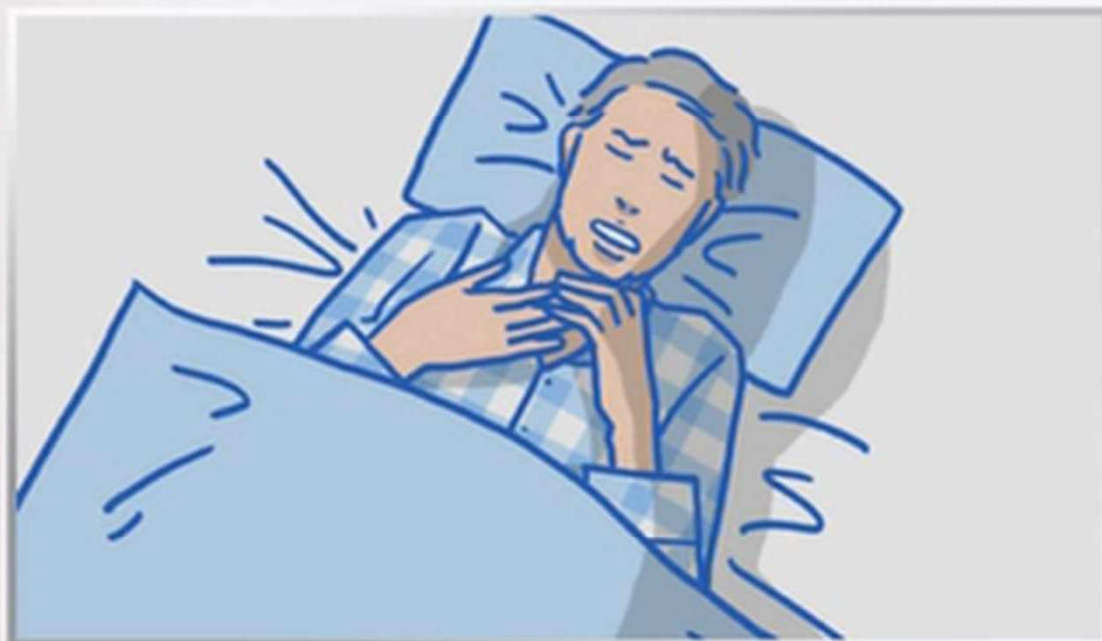
2 呼吸の停止



呼吸が10秒以上停止→無呼吸
浅い呼吸が10秒以上→低呼吸

SASの主な症状

3 異常な体の動き



SASの有病率



推定患者数 **200万人**

SASのリスク



交通事故

労働災害



居眠り

集中力・
記憶力の低下



効率の低下・ミスの繰り返し



SAS患者の交通事故発生リスク

【過去 5 年間に於ける交通事故経験率】



〈引用文献〉

Komada Y, et al : Tohoku J Exp Med 2009; 219:11-16.

合併症

高血圧

糖尿病

冠動脈疾患

合併症

高血圧 …30%

糖尿病 …36%

冠動脈疾患（健常者の2倍）

〈引用文献〉

高血圧、冠動脈疾患

Somers VK, et al : Circulation 2008 ; 118 : 1080-1111.

糖尿病

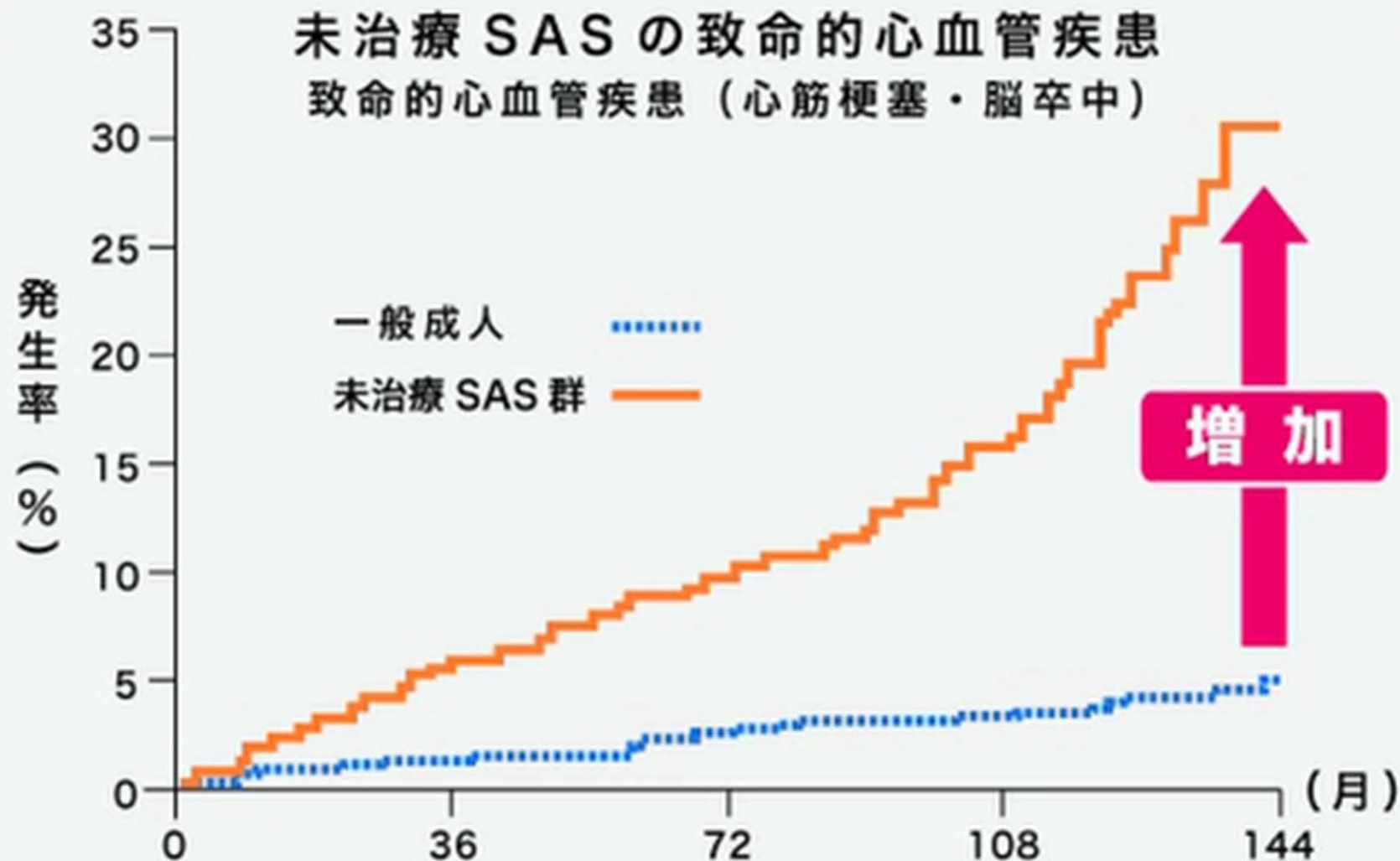
Elmasry A, et al : J Intern Med. 2001 ; 249 : 153-61.

生存率の低下

心筋梗塞

脳卒中

未治療 SAS の致命的心血管疾患 致命的心血管疾患（心筋梗塞・脳卒中）



〈引用文献〉 Marin JM, et al : Lancet 2005 ; 365 : 1046 -1053.

診断の流れ

問 診



検 査



診 断

パルスオキシメータ

指先にセンサーをつけて、血液中の酸素の状態と脈拍数を測定し、睡眠中の無呼吸を予測します。



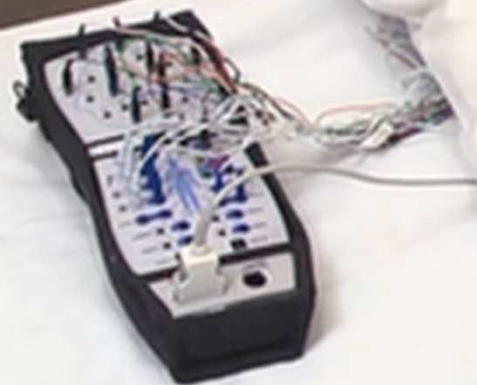
■ Pluse Watch PMP-200Gplus X

測定項目：血中の酸素の状態、
脈拍数、体動



検査

精密検査





株式会社フィリップス・ジャパンより提供

<http://mukokyu-lab.jp/profile.html>