

睡眠時無呼吸外来のお知らせ

霞コンビナート診療所

～ぐっすり眠れていますか？～
心と身体の健康は質の良い睡眠から

このような症状はありませんか？



大きないびき



起床時の頭痛



日中の強い眠気・居眠り



熟眠感がない



その原因 **睡眠時無呼吸症候群** かもしれません⚠

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは…

気道の閉塞などが原因で、睡眠中に何回も呼吸が止まり、夜間に十分な呼吸ができなくなる病気です。睡眠時に無呼吸・低呼吸を繰り返すことで日常生活に様々な影響を及ぼします。



睡眠時無呼吸症候群の危険性！！

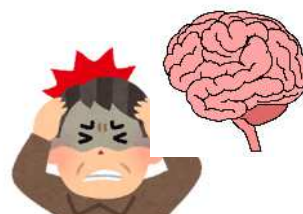
睡眠と呼吸が妨げられることにより、低酸素状態が続き、心臓や血管に負担がかかり「心筋梗塞」や「高血圧」「脳梗塞」などが起こりやすくなります。また、低酸素状態と睡眠不足の影響で、体に過度なストレスが加わると、糖の代謝に関わる「インスリン」などのホルモンの働きが悪化し、その結果「糖尿病」などを招くこともあります。



高血圧



心筋梗塞



脳血管障害



糖尿病

～運転への影響～

日中の眠気からの居眠り運転による交通事故や、集中力の欠如による業務中の事故につながる危険もあります。実際に、交通事故の発生率は一般のドライバーと比較して7倍の発生率があるとされています。



SASは治療せずに放置しておくことがとても危険です！適切に治療をすれば、合併症のリスクを下げることができ、睡眠休養感を得られ質の良い睡眠にもつながります。



検査

簡易検査: 自宅で 2 日間携帯型装置を使って行います。

(就寝時に装置を装着し、睡眠中の呼吸状態や心拍数、酸素飽和度などを調べます。)

精密検査が必要となった場合には、入院による検査(PSG 検査)が必要なため、専門の医療機関へ紹介となります。



治療

・生活習慣の改善

・手術療法

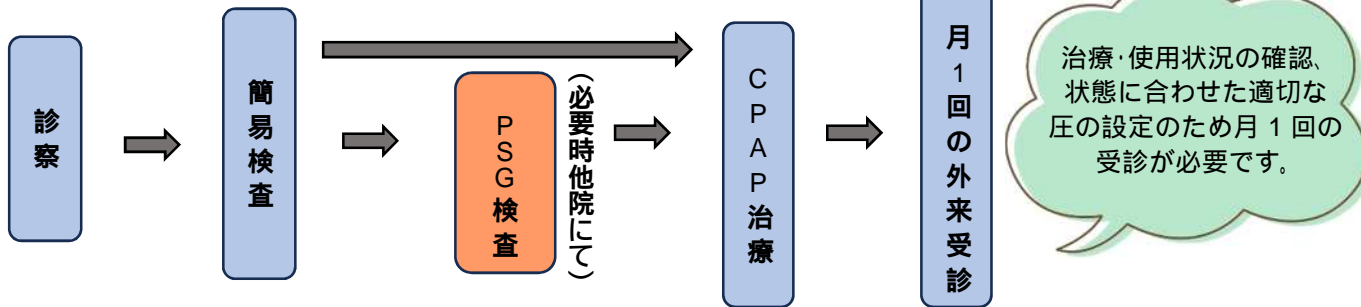
・口腔内装置

・CPAP: 睡眠中に鼻にマスクを装着し、CPAP 装置により室内の空気に圧力をかけて持続的に送り込み、上気道を閉じないように気道の閉塞を予防します。



CPAP は対症療法です。やめてしまうと再び症状が現れるため継続した治療が必要です。また、合併症予防のため、食生活の改善、運動、規則正しい生活など生活習慣も併せて見直していくことも大切です！

診断から治療までの流れ(霞コンビナート診療所利用の場合)



現在他院にて睡眠時無呼吸症候群の治療中の方も当診療所への転院が可能です。(その際の再検査は不要)

～治療費について～

霞コンビナート診療所受診時の診療費(保険診療)

診療費	利用各社従業員 (自己負担 3 割)	
	簡易検査(初診)	約 3,600 円
治療:CPAP (1か月あたり)	約 4,500 円	

～霞コンビナート診療所の特徴～

- ・無呼吸外来の経験のある医師が診療しているので、安心して受診できる。(水・木・金のみ)
- ・勤務中に受診できるため、休みの日に病院受診のために時間を費やす必要がない。
- ・待ち時間が少ない。
- ・SAS に合併しやすいといわれている生活習慣病(高血圧・糖尿病など)も併せて診療が可能！

いびきや無呼吸を家族に指摘されたことのある方、思い当たる自覚症状がある場合は、お気軽に診療所までお問合せ下さい。



お問い合わせ

霞コンビナート診療所 [TEL:059-364-1560](tel:059-364-1560)(内線:6406)までお願いします。