

睡眠時無呼吸症候群

(sleep apnea syndrome:SAS)

について

聖隷健康診断センター 医務課 主任医長
内野 明日香

SASとは

睡眠時無呼吸症候群(SAS)は、睡眠中に上気道が閉塞することにより引き起こされるいびきや無呼吸、それに伴う日中の眠気などで特徴づけられる症候群です。

ありふれた疾患

SASの有病率は30～60歳男性の4%、女性の2%といわれ、ほとんど自覚症状のない軽症まで含めると**男性の24%、女性の9%**にも達します。特に、働きざかりの男性、更年期以降の女性は要注意です。

社会問題の側面

重症SASは昼間の眠気と集中力の低下から重大な交通事故や労災事故を起こしやすく、社会的な損害も甚大であると指摘されています。

生活習慣病との関連

生活習慣病と密接に関連しており、高血圧や不整脈、狭心症や心筋梗塞などの循環器疾患、脳梗塞などの脳血管障害との関連が指摘されています。また、SASは心血管系疾患だけでなく、認知症やうつ病等との関連も指摘されています。

SASの治療法

軽症であればマウスピースなどの歯科装具(一部保険適応あり)、重症の場合はCPAP(シーパップ 保険適応あり)で治療します。肥満の方は減量によりある程度改善しますので、体重を減らすことも重要です。



おまけ

日本人はSASを発症しやすい民族だった!!

日本人は欧米人に比べ肥満が軽い割にSASの有病率が高く、モンゴロイド特有の顎顔面形態が発症に関連していると考えられています。顎が小さくのっぺりとした顔立ちは、SASを発症しやすいのです。



こんな症状のある方は検査をお勧めします

夜間の症状

- ☐ 毎晩いびきをかく
- ☐ 睡眠中に呼吸がとまる
- ☐ 何回もトイレに行く(2回以上)
- ☐ 寝汗をかく

起床時の症状

- ☐ 熟睡感がない
- ☐ 口内が乾燥している
- ☐ 頭が痛い

昼間の症状

- ☐ 強い眠気がある
- ☐ だるい 疲れやすい
- ☐ 集中力が続かない

保健事業部では

人間ドックオプション検査としてSAS簡易モニター検査を実施しております。お申し込みは人間ドック当日でも可能です。ぜひ、ご利用ください。

検査の流れ

1 受診
保健指導



2 検査機関から自宅に
検査機器が送られてくる

3 自宅で計測



4 検査機器を検査機関へ返送する。約1ヵ月後に受診先から自宅に結果が届く

結果を当日聞きたい方に
オススメ!

聖隷予防検診センターでは、宿泊時にセンサーが付いたマットの上でお休みいただきます。

実施施設・お問合せ ※電話受付時間:平日9:00～16:30/土曜日9:00～12:00

浜松地区

- ※ 聖隷健康診断センター(中区住吉)
- ※ 聖隷予防検診センター(北区三方原町)

☎ 0120-938-375

静岡地区

- ※ 聖隷健康サポートセンター Shizuoka(駿河区曲金)

☎ 0120-283-170

※聖隷予防検診センター・聖隷健康サポートセンターShizuokaでは、宿泊ドックのみの実施となります。