

# 労災かわらばん

2007

—初冬号—

Vol.22 発行日／平成19年11月22日 編集／釧路労災病院新聞局

## 外来紹介 Part20

### 睡眠時無呼吸外来 睡眠時無呼吸症候群について

耳鼻咽喉科 部長 浅野 充

#### 睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠時無呼吸症候群(以下SASと略)は、近年マスコミでも電車や車の事故原因として取り上げられ、一般の方にも知られるようになってきました。文字どおり睡眠中に呼吸が止まってしまいう病気で、10秒以上続く無呼吸(または低呼吸)が1時間あたり5回以上起こる状態をいいます。国内には、2000〜3000万人の潜在患者がいるといわれています。その80%を占めるのが、気道の閉塞に起因する閉塞性SAS(以下OSASと略)です。

#### OSASの原因

OSAS患者では、睡眠時に筋肉の緊張が低下し舌の付け根が後方に沈み、気道が閉塞してしまいます。口蓋扁桃やアデノイドの肥大、口蓋垂肥大、小顎症、アレルギー性鼻炎などが気道の狭窄を助長する要因となります。また、肥満では身体の外側だけでなく、内側にも脂肪がつくため咽頭も狭くなり、OSASの原因となります。

#### SASの症状やその危険性

SASの主な症状は、いびき、夜間の不眠や中途覚醒、日中の眠気や傾眠、起床時の頭重感などです。眠気のため居眠り運転による交通事故の発生率が高いといわれています。また、重症のSASでは循環器系への影響もみられ、高血圧、肺高血圧、不整脈、虚血性心疾患、脳血管障害などの危険性が高くなります。

#### SASの検査法

問診やどの所見からSASが疑わしい場合、まずは自宅での簡易検査を行います。これは、携帯型の検査機器を病院からお貸しして、寝る時に御自分で装着していただく検査です。

さらに詳しい検査が必要な場合は、一泊入院での検査を行います。この検査では、夕食後に入院していただき、夜間睡眠中に検査を行います。翌朝検査が終了したらすみやかに帰宅できますので、仕事をされている方も仕事を休むことなく検査が可能です。

#### OSASの治療方法

保存的治療と、外科的治療があります。

##### (1) 保存的治療

1つは、現在OSASの治療で最も主流となっている、n-CPAPと呼ばれる機器を用いた治療です。これは、睡眠中に鼻にマスクを装着し、鼻から持続的に陽圧の空気を送り込んで気道が閉塞するのを防ぎ、無呼吸を防止するという治療法です。また、就寝時にスリープスプリントという歯科器具(マウスピース)を装着し、下顎を前方に引き出すことで気道の閉塞を防止する方法も有効です。その他、アレルギー性鼻炎などが原因の場合は、薬物治療で改善がみられることもあります。

##### (2) 外科的治療

小児のOSASの大半は、口蓋扁桃

桃やアデノイドの肥大によりです。このような例では、口蓋扁桃とアデノイドの摘出によって著しい改善がみられます。成人でも高度の扁桃肥大がある場合には、扁桃摘出によって小児と同様な効果が期待できます。また成人では、OSASの一般的な手術として軟口蓋咽頭形成術があります。これは咽頭の余分な粘膜を取り除いて空間を広げる手術で、有効率は50〜65%といわれています。その他、鼻疾患の中にも手術が根本的治療となるものがあります。

#### OSASにおける肥満の影響

先ほども述べたように、肥満はOSASの原因となります。また高度の肥満があるとせつかく手術をして症状が改善しない場合が多くあります。ですからこれらの治療とあわせて、減量することがとても重要です。当院では、生活習慣病対策チームがその人にあったダイエットプログラムを作成し、減量をはかります。

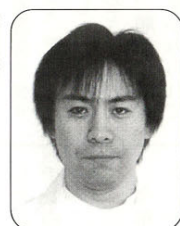
#### SASかなと思ったら

当院ではこの9月より、耳鼻咽喉科外来に睡眠時無呼吸症候群外来を開設しました。口腔外科や循環器科など関係各科とも協力し、SASの診断、治療を行なっています。"SASかな?"と思ったら、まず一度、耳鼻咽喉科外来を受診してみてください。

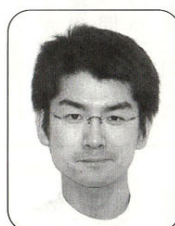


## 労災病院 ドクター紹介

- ① 職種・氏名
- ② 生年月日・血液型
- ③ 出身地
- ④ 専門・得意分野
- ⑤ 趣味等簡単な自己紹介・患者さんへ



① 整形外科 部長  
岩崎 美恵  
② 昭和45年 11月10日  
A型



① 内科部長  
山本 純司  
② A型



① 麻酔科 副部長  
生水 尊之  
② 昭和47年 3月28日  
AB型

- ③ 札幌市
- ④ 手術麻酔・ペインクリニック
- ⑤ 釧路労災病院に赴任して2年目になります。いろんな所にドライブに行くのが楽しみです。
- 患者さんへ:「麻酔怖いもの」というイメージがあるかと思いますが、今は昔よりもずっと安全に麻酔を行います。手術を受ける時でも安心して下さい。

◎ 当院 放射線科・最新マルチスライスCT 稼働中!!