



健康メモ

第40回

睡眠時無呼吸症候群 (Sleep Apnea Syndrome) について

真壁病院 副院長 庄司好己

睡眠時無呼吸症候群(SAS)は睡眠中になんらかの原因で呼吸が停止する無呼吸を伴う病気です。これによって酸素不足から睡眠不足や心臓への負担が大きくなり高血圧などをひきおこし、日中の居眠り、集中力の低下から労災、交通事故といった社会的な影響や健康への影響が大きな問題となっています。さらに日本の全人口の2~4%つまり200~400万人の人にSASがあると推測されており、かなり一般的な病気ではないかと考えられています。

SASの研究は1980年代ごろから始まり、SASの患者さんが健康人と比べて早死するのは心臓病が原因であろうと言われていました。最近の研究ではSASといわゆる生活習慣病との因果関係がわかってきており、健康人と比べてSASの患者さんは高血圧が2倍、冠動脈疾患(いわゆる狭心症、心筋梗塞)が3倍、脳卒中が4倍、糖尿病が1.5倍なりやすいことがわかってきました。更に、SASと心血管疾患発生頻度を無治療と適切な治療を行った患者さんと比較したところ、治療するとほぼ健康人と同等の頻度であることがわかりました。だからこそ、早期の診断、治療が大切であることがお分かりいただけると思います。

診断はポリソムノグラフィー(PSG)という睡眠状態と呼吸状態を同時に見る検査機器を用いて行われます。多くのセンサーをつけて寝ていただくので、邪魔に感じるかもしれませんが、痛くは無い検査ですのでリラックスして検査を受けてください。そのため1泊していただきます。その結果、治療を要するSASであれば、CPAP(シーパップ)と呼ばれる治療器を用いたり、マウスピースの装着や必要ならば喉の手術をすることもあります。もちろんこれは患者さんの検査結果によって治療法も違ってきます。また、SASの患者さんの75%に肥満を合併しており、減量でSASの発生を減らせることもわかっています。呼吸器だけの問題と捉えるのではなく、体全体の問題と考える必要があるだろうと思います。

最近マスコミにも取り上げられているメタボリックシンドロームとの関連も気になる場所ですが、今後の研究で明らかになっていくだろうと思います。

真壁病院ではSASの診断機器を導入して、SAS外来を開始する予定です。是非、お気軽に質問や問い合わせなどしていただければと思います。

第55回 いきいき健康講座のお知らせ

「心房細動のお話」

入場無料!

- ・講師 菊池積徳 先生 真壁病院循環器科部長
- ・日時 平成19年1月23日(火)
- ・場所 東松島市コミュニティセンター
・住所: 東松島市矢本大溜1-1 ・電話: 82-6969
- ・講演 午後6時30分~7時30分

Information

■ 年末年始の診療について

当院の年末年始の診療は、右記の通りです。
なお、急患はいつでも対応します。
よろしくお願いします。



年末年始休診日

12月30日(土)	午前診療
31日(日)	休診
1月1日(月)	休診
2日(火)	休診
3日(水)	休診
4日(木)	通常診療

言葉つなぎコーナー

日頃思っていること、感じたことなどを五七五で表してみましょう。
季語などの形式にとらわれることなく、思い浮かんだ言葉をつないでみて下さい。

庭の木々 昨日より今日色づいて (UK様)
秋雨が いっきに寒さ 隣まで (UK様)
柿の実が ヒヨドリたちの 食事どき (UK様)

評: 身のまわりの自然をよく観察して詠んでおられます。
(国際医療福祉大学 梅内拓生教授)



職員紹介 第62回

石垣仁子(いしがき じんこ) 《看護部 副部長》

- ・出身地 東松島市 ・趣味 走りまわること
- ・好きな食べ物 りんご、激辛の食べ物
- ・最近ハマっている事 うちの愛犬(コロちゃん)と遊ぶこと
- ・最近とても驚いた事 何を書こうかとふと夜空を見上げたら星がキラキラ輝いてとてもきれいだったこと

こんにちは。いつも走りまわっている外来の看護師です。おだんご頭を振り乱しながら、忙しいふりをしていますが、いつでも患者様の声に耳を傾け、より良い看護を提供していきたいと考えております。どうぞ気軽にお声掛け下さいね。

