

7時間の睡眠中に10秒以上の無呼吸が30回以上、あるいは1時間あたり5回以上の無呼吸があれば「睡眠時無呼吸症候群」と診断されます。実際の睡眠時無呼吸症候群では、1分以上の無呼吸を200〜300以上繰り返すケースも珍しくありません。寝ているときに起こるので、病気そのものに自覚症状を覚えることはあ

睡眠時無呼吸症候群

いびきの大きい人は注意を!!

りません。しかし、寝ている本人は無呼吸による生命の危機を回避するため、脳は何度も覚醒します。脳は呼吸を再開するように身体に緊急信号を送ります。このため眠りが非常に浅くなります。無呼吸状態は、気管の入り口を舌が塞いでしまうことで起こります。特に仰向けで寝ると、舌の根元が喉の方に落

ちやすくなります。しかし、普通は呼吸に影響を及ぼすほど、舌が喉に落ちるといふことはありません。睡眠時無呼吸症候群の患者には、肥満によって喉に脂肪が付き過ぎているケースや、もともと下顎の形状が小さいケースが見られます。こうした方の場合、気管の入り口が狭くなつてし



まい、舌で塞がれることが起こりやすくなります。睡眠時無呼吸症候群かどうかは簡易検査や精密検査で調べることができます。簡易検査では、自宅でも取り扱える検査機器を装着して、寝ている状態のデータを取ります。皮膚から血液中の酸素結合度を計測したり、いびき音から呼吸の状態を調べたりする検査が可能です。睡眠時無呼吸症候群が疑われるときは、精密検査を行います。精密検査は一晩の入院が必要で、

複数のセンサーを身体に取り付けて行います。治療には器具や機器を使って呼吸を楽にする方法で行います。最も普及しているのは、CPAP（シーパップ）療法です。就寝時に専用のマスクを装着して装置から送り出される空気を吸入することで呼吸を楽にします。大きないびき、起きてくる間の強い眠気などの症状がある場合は、かかりつけの医師に相談して睡眠外来や呼吸器内科、耳鼻咽喉科を受診しましょう。

インターネットで初診予約できます

南東北医療・眼科クリニック



総合南東北病院QRコード

ネットですべての初診予約。総合南東北病院の外來診療部門（南東北医療クリニックと南東北眼科クリニック）は、インターネットで初診予約を受け付けます。ネット予約ができるの

ネットですべての初診予約。総合南東北病院の外來診療部門（南東北医療クリニックと南東北眼科クリニック）は、インターネットで初診予約を受け付けます。ネット予約ができるの

診察日時選び入力・送信

インターネットでの初診予約可能時間

脳外科	月曜日	午後1時～3時
	木曜日	午後0時30分～2時
眼科	月～土曜日	午前9時～11時
小児科	月～土曜日	午前9時～11時
		午後2時～4時
内科	月・火・木・金曜日	午前9時～10時30分
泌尿器科	水・木曜日	午後1時～3時

は脳外科、眼科、小児科、内科、泌尿器科で、予約

可能な診察時間は表の通りです。申し込み当日の診察予約はできません。予約方法は簡単です。総合南東北病院（QRコードあり）の初診予約専用ページから受診する診療科をクリックし、希望の診察日時を選び必要情報を入力し送信すれば予約完了です。電話での予約は従来通です。予約・問い合わせはフリーダイヤル0120・14・5420へ。南東北医療クリニックでは、患者さんの利便性を考え、こうした取り組みを今後さらに広げていく方針です。