

睡眠時無呼吸



有川拓男准教授

睡眠時無呼吸症候群(SAS)は、夜間に睡眠中に無呼吸を繰り返すために睡眠が妨げられる病気です。無呼吸のタイプは大き

脳・心臓・血管

ワースト脱却処方箋

from 獨協医大

㉗

く分けて閉塞型と中枢型があり、多くは睡眠中に気道がふさがる閉塞型無呼吸です。これは肥満の方、首が短く太い方、顎が小さい方などに見られ、狭い気道を空気が通るときに出ていくびきはSASの重大なサインとなります。他に昼間の強い眠気、起床時の頭痛や倦怠感、熟眠感の欠如、夜間中途覚醒、夜間頻尿などが見られます。

重症のSASでは、繰り返し何度も無呼吸が起き、それに伴う酸素不足で血圧が高くなり、心臓や脳など体の各臓器に負担がかかることが分かれています。糖尿病や肥満群、認知障害などとも関連するといわれ、高血圧症や心筋梗塞、脳卒中などを引き起こすことが多いため特に注目されています。

いびきは重大なサイン



イラスト/小林隆一

SHIMOTSUKE GRAPHICS

日本の高血圧患者は約4300万人いるといわれています。ある報告によれば、高血圧の方の約3割にSASがあり、特に血圧を下げる薬を飲んでいてもなかなか血圧が下がらない高血圧患者の約8割にSASがあるともいわれています。

昼間の血圧が高いことには、夜間から早朝に血圧が高くなりやすい方、何種類もの血圧を下げる薬を飲んでいても血圧が下がらない方で夜間

に加え、夜間の血圧が最も高いこと、妻からいびきと夜間の呼吸停止を指摘されたためでした。外来診察時の血圧は最高160、最低80と高く、24時間血圧測定検査では起床時血圧が最高163、最低10

3とさらに上昇していました。数年前、72歳の男性が来院しました。血圧が最も高くなり、処方される内服薬が増えてきたことと、妻からいびきと夜間の呼吸停止を指摘されたためでした。外来診察時の血圧は最高160、最低70まで低下し、内服薬は減量されました。

狭心症や心筋梗塞の50%、心不全の40~70%、大動脈解離では40%にSASがあるといわれています。また重症のSASでは脳卒中の発症リスクが3~3倍になると報告されています。心血管疾患や脳卒中は生命に関わることが多く、SASを見つけ治療することで、病気を安定させばかりか元気に長生きできることも期待できます。

男) 内科学准教授 有川拓
(獨協医大心臓・血管
(毎週金曜日掲載)