



【寝ているときの窒息にご注意を！】

臨床検査技師：伊美 舞夢

寝ている間に、息苦しさがあったり、他の人から「寝ているときに呼吸が止まっていたよ」と言われたことはありませんか？それは「**睡眠時無呼吸症候群(SAS)**」の**症状**かもしれません。

SASとは、睡眠中に呼吸が止まったり、浅くなったりする状態を繰り返す病気です。

大きく分けて2つのタイプがあり、多くの場合、気道や咽喉が物理的に狭くなることで起こる「閉塞性睡眠時無呼吸症候群(OSAS)」です。もう1つのタイプは稀ですが、脳からの「呼吸せよ」という指令が適切に出なくなる「中枢性睡眠時無呼吸症候群(CSAS)」です。

OSASは**高血圧や糖尿病と相互に合併する確率が高く、心臓や血管への負担を高める**ことが知られています。また、呼吸が止まるたびに脳が覚醒するため、日中に強い眠気に襲われ、**集中力の低下、注意力散漫による運転ミスや重大な労働災害**などの、深刻なリスクを招く恐れがあります。

気になる症状がある場合は、専門医療機関への受診をお勧めします。日立健康管理センタでは、SASのオプション検診も行っています。お気軽にご相談ください。

Q&A

SASの患者さんは、どのような合併症のリスクがありますか？



SASの患者さんは、SASではない方と比べて以下のような発症のリスクがあります。

高血圧：約2倍

糖尿病：約2倍(重症のSASの場合)

脳卒中(脳梗塞・脳出血)：約2~4倍

心筋梗塞・狭心症：約2~3倍

緑内障：約10倍

うつ病：2~3倍



健診・保健指導などの健康情報はこちら

日立健康管理センタ HP

<https://www.hitachi.co.jp/hospital/nikkense/>



人間ドックは『日立健康管理センタ』
をご利用ください

次回は 7月初旬頃に記事をお届けします