

睡眠時無呼吸症候群かもしれないと思ったら

下の項目に、当てはまる点はありませんか？



- 寝ている間に大きないびきをかく
- 睡眠中に呼吸が止まっている、と指摘されたことがある
- 起床時に頭痛やだるさがある
- 肥満や糖尿病、高血圧がある
- 日中に強い眠気や倦怠感を感じたり、集中力がなくなったりする



こんな症状があったら要注意！

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは

睡眠中に何度も呼吸が止まったりすること（無呼吸）を繰り返す病気です。多くの場合、いびきを伴います。

質のよい睡眠がとれないことで、日中強い眠気を感じて日常生活に支障をきたし、放置すると生活習慣病になりやすく、また悪化させるおそれがあります。

津島市民病院では

- ① 耳鼻いんこう科の医師による診察
- ② ご自宅でできる簡易検査
- ③ 終夜睡眠ポリグラフィー（PSG）検査（1泊2日の検査入院）により睡眠時無呼吸症候群の診断、その後の治療を行っています



基本的な睡眠時無呼吸症候群検査の流れ



①耳鼻いんこう科外来受診

顎が小さい、舌が大きい、扁桃が大きいといった生まれつきの身体的特徴や、慢性的な鼻炎や肥満状態など睡眠時無呼吸症候群の原因となる耳鼻科領域の病気を診察します。

②自宅で簡易検査

自宅に検査器具を持ち帰り、睡眠前にご自身で装着して頂きます。翌日検査器具を病院に返却して頂き、睡眠時のデータを解析します。



③耳鼻いんこう科外来再受診

簡易検査の結果を説明します。

簡易検査の結果、重症の睡眠時無呼吸症候群と診断された場合は、

「経鼻的持続陽圧呼吸療法（CPAP）」などの治療を開始します。

軽度の睡眠時無呼吸症候群と診断された場合は、より精密な検査を実施するために、1泊2日入院で終夜睡眠ポリグラフィー（PSG）検査を行います。

④1泊2日入院で精密検査

終夜睡眠ポリグラフィー（PSG）検査は睡眠時無呼吸症候群の精密な検査となり、次の4点を調べます。

①睡眠中に呼吸が止まっている頻度といびきの関係

②止まっている時の頭の向きや動きとの関係

③止まっている時に血中酸素濃度がどれくらいまで下がっているのか

④睡眠の質（睡眠の深さ・分断の有無）はどうか

睡眠中に多数のセンサーや電極を取り付けるため1泊の入院が必要となります。

19時に入院して翌朝7時頃までに退院できるため、お仕事のある方でも検査を受けやすくなっています（検査結果は後日、耳鼻いんこう科外来で説明します）

検査（入院）費用について

睡眠時無呼吸症候群の検査と治療は健康保険が適用されます。

（概算の金額です）

①簡易検査（外来）…検査費用のみの費用であり、別途外来診療料等が必要です。

1割負担 約900円、2割負担 約1,800円、3割負担 約2,700円

②終夜睡眠ポリグラフ検査入院（1泊2日入院）

1割負担 約12,000円、2割負担 約24,000円、3割負担 約35,000円

検査をご希望の場合はかかりつけ医に相談していただき、かかりつけ医から地域医療センターまでお問い合わせください