

無呼吸チェックリスト

- ① 激しいいびきをかきますか？
- ② 息が止まっていると指摘されますか？
- ③ 朝起きたとき、疲れが残り頭が、スッキリしないことがありますか？
- ④ 朝起きたとき頭痛がしますか？
- ⑤ 昼間、我慢できないほど眠くなることがありますか？
- ⑥ 肥満の傾向はありますか？

6つのチェックリストのうち、①の項目に該当して、その他に1つでも該当したら

睡眠時無呼吸症候群

が疑われます。

この病気があると

高血圧・不整脈・狭心症・心筋梗塞

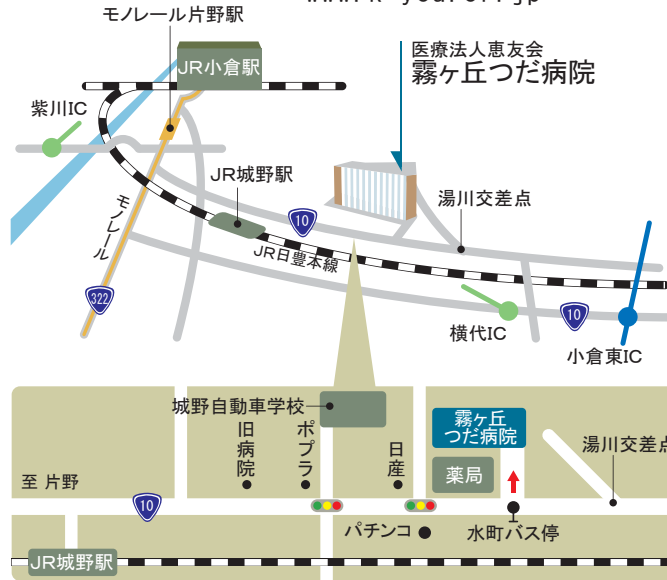
脳梗塞の危険性が2～4倍高くなります。

- ※睡眠時無呼吸症候群と同じように眠気が強くなる病の症状がでる病気
- ・むずむず脚症候群
 - ・ナルコレプシー
 - ・特発性過眠症

場所と診療時間のご案内

霧ヶ丘 つだ病院 ご案内図

〒802-0052
北九州市小倉北区霧ヶ丘3-9-20
Tel. 093-921-0438
www.k-you.or.jp



- アクセス【バス】西鉄バス10番台(12を除く)水町バス停前
【JR】日豊本線JR城野駅より徒歩15分
【車】都市高速：紫川ICより城野方面へ約5分
九州自動車道：小倉東ICより小倉市街方面へ約5分
(横代交差点を右折、安部山交差点を左折)

外来診療時間

午前 9:00~12:00
午後 14:00~17:00
休診：水曜午前
土曜午後
祝休日

いびき 無呼吸



恵友会
霧ヶ丘 つだ病院
睡眠呼吸センター

北九州市小倉北区霧ヶ丘3丁目
国道10号線沿い

お問い合わせ
093-921-0493(直通)
093-921-0438(代表)

睡眠時無呼吸症候群

決して少ない病気ではなく、日本では働き盛りの方の2%以上の方がこの病気を持っていることが推測されています。

どうして起こるのでしょうか？

閉塞性の無呼吸では、寝ている間に舌の奥といわゆる喉ちんこ、喉の奥のすき間が微妙に開いていると大きないびきとなり、それがくっつくと、息が止まることとなります。



何が問題なのでしょう？

睡眠中に呼吸が停止するため、身体が酸素不足の状態に陥り様々な合併症を引き起こすことが分かっています。

『死の五重奏』



無呼吸があると、合併症の危険性が高くなります。
高血圧 約2倍
冠動脈疾患 約3倍
脳卒中 約4倍
糖尿病 約1.5倍

また、無呼吸により深い睡眠（熟睡）がとれず、日中の仕事の効率に影響がでることもあります。特にタクシーやトラック、バスなどの職業ドライバーは眠気のため、追突事故の頻発など問題は深刻です。しかし、適切な治療を行うことで、これらの危険性はなくなり、快適な睡眠がとれ、活動的な生活ができます。

診療の流れ

初診

- ・問診表, 眠気のアナケート
- ・無呼吸に関連する昼間にできる検査 (血液検査、胸部・頭部レントゲン、心電図など)
* 3ヶ月以内に検診など他院で検査済みの場合は結果を持参していただければ検査を省略できます。
- ・無呼吸検査(睡眠ポリグラフ検査) 予約

睡眠ポリグラフ検査当日

検査時間は19:00～翌朝6:00
入室時刻は、日によっては夜8時から可。
終了時刻は、仕事の都合などに合わせて早めに帰ることも可能です。ご相談下さい。
* 検査結果は後日となります。

検査結果受診

- ・軽度の無呼吸には、マウスピースの作成を歯科の先生に依頼します。
- ・中等度以上の無呼吸がある場合は鼻マスクを使用した治療（CPAP療法）が有効です。
- ・鼻や喉に原因のある場合は、耳鼻科の先生に紹介いたします。

診断には、睡眠ポリグラフ検査が必要です。

脳波、呼吸、動脈血酸素飽和度、体位、心電図などを一晩測定することにより睡眠の状態を全般的に評価します。様々なセンサーを取り付けますが、痛みを伴うものではありません。



睡眠検査室(個室)



モニター室

当院では検査精度を上げるため、専門の検査技師による終夜モニタリングを行っています。

費用は？

初診時：約8,000円(3割負担)
(血液検査、胸部・頭部レントゲン、心電図など)

検査入院時：約20,860円(3割負担)
(睡眠ポリグラフ検査料+入院費)
* 治療を開始された方は、治療効果を見るために再度、検査入院が必要となります。

CPAP療法：約4,720円(3割負担)
* 保険適応のため、月1回の定期受診が必要です

当院では減量への取り組みを行っています。

肥満を伴っている無呼吸患者さんは、特に減量が必要です。



栄養指導

運動療法

イラスト工房(www.illustration-factory.com)の素材より

当院では睡眠時無呼吸症候群だけではなく、睡眠全般に関する診療を行っています。

- 寝つきが悪い
- 夜中に何回も目が覚める
- 寝た気がしない
- 十分寝てもすっきりしない
- 日中の眠気が強い
- 足がむずむずする、ほてる
- 咳がでて寝れない
- など