

□は健康のもと Vol.112

睡眠時無呼吸症候群 ～気道を広げる治療が効果的～

快適な睡眠を得られていますか？

夜間の中途覚醒や頻尿、熟睡感がない、起床時頭痛がする、日中強い眠気に陥るなどの症状を有する方は、もしかすると睡眠時無呼吸症候群という病気に罹患しているかもしれません。睡眠時無呼吸症候群とは、睡眠中に異常呼吸を生じ、身体に様々な障害を起こす危険性がある疾患です。現在、日本では、患者数が150万人、潜在患者数は人口の3～4%に及ぶとされています。健常者に比べ、傾眠傾向や集中力低下により、交通事故や仕事のミスの発生率が有意に上昇するとされています。また放置すると、インシュリンに対する反応が鈍くなり、糖尿病を惹起したり、慢性的な低酸素による動脈硬化で、さまざまな循環器疾患の原因にもなり、「短命の元凶」となりうる疾患のひとつに挙げられます。

現在、気道(呼吸する時の空気の通り道)の閉塞が原因となる睡眠時無呼吸症候群では、気道を広げる治療が主流です。当院では、主にマウスピースを使用し、睡眠中、下あごを持ち上げることで気道を開通しやすくする治療を行います。簡易で安価なため、初期治療としては非常に有用です。(医師の診断が必要)

睡眠時無呼吸症候群の治療は「眠りの質」を改善し、「生活の質」や「健康の質」の向上に繋がる一歩です。



奥羽大学歯学部附属病院

歯科麻酔科 講師 渡辺 正博

