

特集 睡眠時無呼吸症候群について

《睡眠時無呼吸症候群の検査を受けてみませんか？》

睡眠時無呼吸症候群（Sleep Apnea Syndrome : SAS）とは、眠っている間に呼吸が止まる病気です。本来、睡眠は日中活動した脳と身体を十分に休息させるためのものですが、その最中に呼吸停止が繰り返されることで身体の中の酸素が減っていきます。すると、その酸素不足を補おうと身体は心拍数を上げます。寝ている本人は気付いていなくても寝ているあいだ中、脳や身体には大きな負担がかかっているわけです。脳も身体も断続的に覚醒した状態になるので、これでは休息どころではありません。その結果、強い眠気や倦怠感、集中力低下などが引き起こされ、日中の様々な活動に影響が生じてきます。

◆こんな人は要注意！

寝ている間

- ・いびきが大きい
- ・呼吸が止まる
- ・何度も目が覚める（お手洗いで）
- ・寝汗をかく



起きたとき

- ・口が渴いている
- ・頭が痛い
- ・熟睡感がない
- ・すっきり起きられない
- ・身体が重いとを感じる

起きているとき

- ・強い眠気がある
- ・だるさ、倦怠感がある
- ・集中力が続かない
- ・いつも疲労感がある



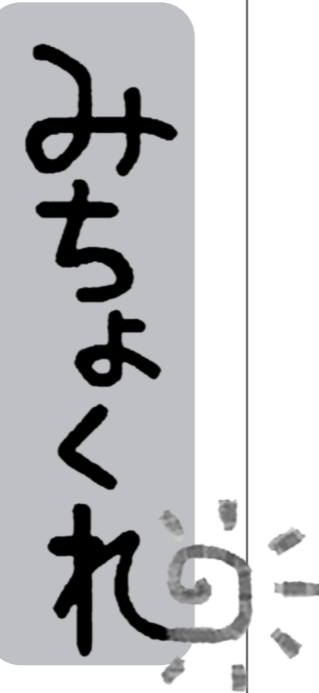
その他

- ・肥満、太り気味
- ・高血圧、糖尿病、高脂血症、心疾患、脳血管疾患などの既往がある



※痩せている方でも次のような特徴の方は SAS の危険性があります。

- ・首が短い
- ・首が太い、まわりに脂肪がついている
- ・下あごが小さい
- ・下あごが後方に引っ込んでいる
- ・舌や舌の付け根が大きい



発行：杵築市立山香病院



◆検査から治療までの流れ

- ①上記の症状が気になる方は、かかりつけ医または当院外来にご相談ください。
- ②当院では、まず自宅でできる簡易検査を受けていただきます。ご自宅に機器を持ち帰り、就寝前に簡単なセンサーを装着して眠っていただくだけです。
- ③簡易検査の検査結果により、精密検査が必要な方は一泊入院の PSG 検査を検討します。
- ④検査結果により、生活習慣の改善や SAS 治療の第一選択である CPAP 治療（経鼻的持続陽圧呼吸療法）が対象かどうかを判断し、その後の治療の説明をします。
- ⑤CPAP 治療を導入された方は、月に一度診察を行います。

◆睡眠時無呼吸症候群（SAS）が引き起こす合併症

SAS 患者さんの多くは高血圧、糖尿病、心臓病、脳卒中などの生活習慣病を合併しています。健康人と比べ糖尿病は 1.5 倍、高血圧は 2 倍、心疾患は 3 倍、脳血管疾患は 4 倍発症する可能性が高いと報告されています。



職員募集

《一般職非常勤職員》 ●看護師 ●介護員 ●看護補助者 ●調理員

詳しくは右記までお問い合わせください。杵築市立山香病院 事務 宇都宮 TEL : 0977-75-1234

《外来医師診察日》（2023年9月1日現在）

		月	火	水	木	金
総合診療科 ※1	午前	院長 小野 隆司	幡手 泰彦 安部 さやか	院長 小野 隆司 幡手 泰彦	院長 小野 隆司 安部 さやか	幡手 泰彦
各種外来	午前	肝臓外来 名誉院長 坂本 啓二 糖尿病外来 岡本 光弘(大分大学) リウマチ・膠原病外来 首藤 航太	呼吸器外来 大分大学 (第 2,4 週)	循環器外来 副院長 上運天 均 脳神経外科 内田 晋 (サンライズ酒井) 糖尿病外来 永井 聡 (大分大学)	循環器外来 山下 昇	糖尿病外来 佐田 健太郎 (大分大学)
内科	午前	副院長 上運天 均 山下 昇 淀 怜起	古城 顕央 (大分大学) 田村 大輔 熊谷 純之介 (第 1,3,5 週)	西川 恵美子 矢野 恵司	副院長 上運天 均 田村 大輔 熊谷 純之介	山下 昇 佐藤 弘樹(大分大学) 西川 恵美子 矢野 恵司
午後内科	午後	西川 恵美子	矢野 恵司	熊谷 純之介	安部 さやか	淀 怜起
外科胃腸科	午前	休診 予約診療のみ 10 時まで受付	副院長 石尾 哲也	相場 崇行	副院長 石尾 哲也	副院長 石尾 哲也
小児科 ※2	午前 受付 11 時まで	半田 陽祐	半田 陽祐	半田 陽祐	半田 陽祐	半田 陽祐
	午後 15 時～16 時半	半田 陽祐		半田 陽祐 (第 3 水曜アレルギー外来 【完全予約制】)		半田 陽祐
整形外科	午前			日野 瑛太 (大分大学) 受付時間 9 時～11 時	脊椎外来 九大別府病院 受付時間 9 時～11 時	赤瀬 広弥 (大分大学) 受付時間 9 時～11 時
	午後			日野 瑛太 (大分大学) 受付時間 14 時～15 時		赤瀬 広弥 (大分大学) 受付時間 14 時～15 時
泌尿器科	午前	藤井 猛	藤井 猛	藤井 猛	藤井 猛	藤井 猛
耳鼻咽喉科	午前	大分大学			大分大学	
皮膚科	午前		大分大学			
眼科	午前		大分大学		大分大学	
小児アレルギー外来 《完全予約制》	午後	半田陽祐 毎月第 3 水曜日、受付時間：14 時～16 時 小児アレルギー外来は、①かかりつけの先生の紹介状がある患者さん、②当院の一般外来から受診を勧められた患者さん、③予約がある患者さんのみの診察となります。①～③以外の方の診察はできませんので、アレルギー外来の受診歴がない患者さんは、かかりつけの先生に紹介状をいただくか、当院の一般外来にご相談ください。				
神経内科 《完全予約制》	午前	軸丸美香 (大分大学) 原則第 2・4 土曜日、9 時～12 時 ※神経内科は完全予約制です。予約は平日 13 時～17 時まで受け付けます(※切は前日 16 時です)。予約状況により、日程調整をお願いする場合がございます。				
嚥下外来	午前	水曜日 10 時～12 時、※完全予約制 (予約は地域連携室から行えます)				
土曜内科	午前	原則第 2・4 土曜日、8 時 30 分～12 時 30 分 ※予約外の方の受付は 11 時まで				
土曜整形 【NEW】	午後	原則第 2・4 土曜日、14 時～17 時 ※予約外の方の受付は 16 時まで ※9 月は第 1・3 土曜日に診察をおこないます。				

●午前中の初診受付は 11 時までになります。●医師の都合により急きょ休診になる場合があります。

※1 総合診療科は内科窓口となります。総合診療科は内科・外科・整形外科をおもに診療いたします。

※2 小児科の休日診察をしております (9 時～12 時、14 時～16 時半)。9 月は 10 日(日)、17 日(日)、18 日(月・祝)です。

●事前に電話連絡をお願いいたします。急病対応の外来のため、非緊急の検査や定期受診の長期処方には対応していません。また、発熱で受診の場合は院外(車中等)で待機していただき、山香病院に電話連絡でお知らせ頂くようお願いいたします。

杵築市立山香病院

〒879-1307 大分県杵築市山香町大字野原 1612 番地 1
Tel:0977-75-1234 (病院代表)、Fax:0977-75-0873
ホームページアドレス : <http://www.yamaga-hp.jp>

