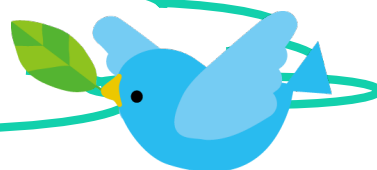


ひばりだより

NO.5
2017年2月

皆さん、ご存知でしょうか？透析患者さんは健常人に比べて睡眠時無呼吸症候群の発症率が10倍以上との報告があります。当院では透析患者さんの睡眠時呼吸障害の検査ができるようになりました！今回のひばりだよりは、睡眠時無呼吸症候群ついでご紹介していきます。

このような症状はありませんか？



いびき



眠っている間に
呼吸が止まる



日中の眠気



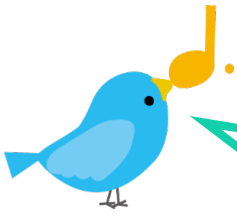
起床時の頭痛

無呼吸・低呼吸・異常な体動・起床時の頭痛

集中力低下・全身の倦怠感・傾眠

このような症状を感じる場合には睡眠時無呼吸症候群が疑われます。

思い当たることをございましたら、近くのスタッフまでご相談ください。



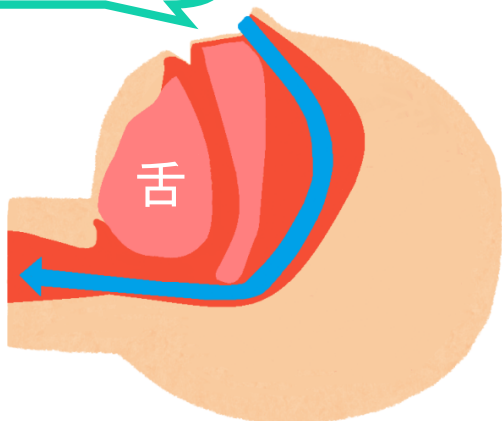
睡眠時呼吸障害とは？

睡眠中に異常な呼吸を示す病態の総称です。代表的な疾患に睡眠時無呼吸症候群があります。夜間睡眠時に何度も呼吸が止まる病態で、診断基準は、1時間あたり5回以上の無呼吸もしくは呼吸量が正常呼吸の2分の1以下になる低呼吸が存在することが挙げられます。睡眠時無呼吸症候群の95%は閉塞性無呼吸症候群が占めており、**高血圧、虚血性心疾患、脳梗塞**の発症要因となります。透析患者さんの場合、水分貯留による上気道の浮腫の影響や、透析緩衝液の問題、代謝性アシドーシス、ホルモン不均衡などの影響により、呼吸中枢に化学的刺激を与えている可能性があります。

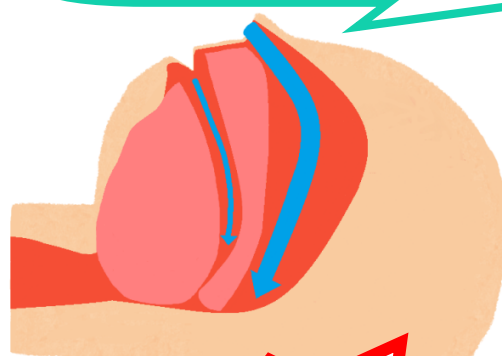
なんで無呼吸になるの？

閉塞性睡眠時無呼吸症候群の場合、肥満による気道の狭窄や扁桃肥大、加齢による筋力低下で舌根沈下すると、気道が塞がれて空気が通る隙間が無くなり無呼吸になります。透析患者さんの場合、肥満による気道の狭窄は少なく、水分貯留による浮腫が原因で気道が狭窄することが多いです。

正常な状態

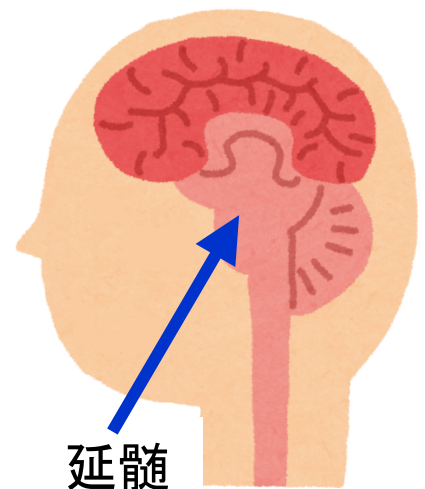


閉塞性睡眠時無呼吸症候群



気道が閉塞

中枢性睡眠時無呼吸症候群の場合、気道は開存していますが、呼吸のコントロール異常が原因で無呼吸になります。睡眠時の呼吸のコントロールは脳の延髄にある呼吸中枢において行っています。正常な場合、血液中の二酸化炭素の濃度変化に応じて呼吸をコントロールしていますが、中枢性睡眠時無呼吸症候群の場合には脳が血液中の二酸化炭素の濃度変化に対する感受性が鈍くなり、呼吸指令が出ないことによって無呼吸になります。



どうやって測定するの？



腕に測定機器を取り付けます。喉元にいびき・体位センサーを付け、指先に筒状の機械を取り付けます。後は電源ボタンを押し、眠りにつくだけで測定できます。そして、朝起きたときに指先に取り付けた筒状の機械を外して測定終了です。当院では定期的に睡眠時無呼吸症候群の検査をしていきます。症状等の思い当たる節がありましたら優先的に測定していきますのでお声掛けください。

