

地域医療連携室ニュース

発行 公立阿伎留医療センター

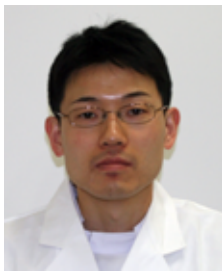
編集 地域医療連携室

TEL 042(558)0321

FAX 042(550)5190

当院は、急性、亜急性期疾患を担う中核病院として、近隣医療施設との密接な連携を保ち住民と病む人が満足し安心、安全、かつ納得の頂ける質の高い医療サービスを提供する医療センターを目指しております。

今月は、耳鼻咽喉科医長の山村一彦先生から、睡眠時無呼吸症候群といびきの主要病態・症状などについてご説明いたします。



睡眠時無呼吸症候群といびき

いびきとは、睡眠中に呼吸に伴って鼻口から出る雑音、と記されています(広辞苑)。たかがいびき、されどいびき。パートナーのいびきが気になるのは愛情が薄れた証拠といわれるほど、疾病概念には乏しく騒音と捉えられています。いびきとは、狭小化した気道を空気が通過する際の狭窄音や強い気流によって弛緩した柔部組織が振動する音です。入眠後に上気道開大筋は弛緩し、重力

耳鼻科医長 山村一彦

により舌や口蓋垂が下降し、吸気の陰圧で気道は狭小化します。

特に中咽頭は、骨の枠組みがないことから影響を受けやすく、咽頭が狭くなる方向に作用します。

いびきの発生率は平均で男性約32%、女性約21%といわれます。男性では50歳代にピークを認め、女性は40歳以降の更年期から徐々に増加する傾向が見られます。

いびきに睡眠時の無呼吸が生じている際は、睡眠時無呼吸症候群(SAS)を疑います。異常な体動、夜間の中途覚醒、睡眠中の窒息感やあえぎ、日中の眠気、起床時の頭痛・頭重感などを合併している際は可能性がります。

SASの有病率は2~4%であり、日本における潜在患者数は約200万人以上と推定されます。

原因は、肥満や扁桃肥大、下顎後退、鼻閉に加えアルコール飲用、仰臥位睡眠、加齢、全身疾患等、幾つかの要因が単独若しくは複合して関与しています。

SASが疑われる際には、睡眠検査(終夜モニター検査、薬物睡眠下内視鏡検査等)が行われます。小児では睡眠中の動画撮影や録音は、家庭での睡眠呼吸状態を把握する上で有用です。異常呼吸が出現している時点を中心として数分間にわたり胸部を撮影することで、陥没呼吸やいびき音などについても評価できます。

SASは中枢型、閉鎖型、混合型に分類され、最も多いのが閉鎖型です。閉鎖型の治療は、保存療法と外科療法に大別されます。

保存療法での代表は持続陽圧呼吸（CPAP）です。CPAPは就眠時に鼻マスクを装着して供給される陽圧を、気道内に送ることにより気道閉鎖を防ぎ、侵襲性が少なく確実に気道を拡大させる機器です。対症療法で継続を要します。初回脱落例は約 30%であり、全体的なコンプライアンスは 50～80%であります。

軽症の無呼吸であれば歯科装具（口腔内装置）も適応となります。装用により咽頭腔が開大し、上気道の狭窄・閉鎖を防止します。歯牙欠損例や重度の歯周炎に罹患している際は適応外です。使用開始後、のどの乾燥感や顎関節の疼痛・違和感を生じることもあり丁寧な調整が必要です。

肥満は、睡眠呼吸障害の増悪因子のため、減量は重要です。しかし、患者自身の切実感と認識が十分でないとは困難であり、根気よく指導することが求められます。

側臥位での就寝は気道狭窄を軽減します。約 6 割の患者が側臥位で無呼吸が 50%以上改善されます。この体勢をとるため、ストッキングに入れたソフトボール1個を患者の腰背部に当るように腰に巻き、身体の前で結び就寝します。しかし、肥満度が高い場合は、効果が得られないこともあります。

外科的治療として、レーザー手術や入院を要する咽頭形成術があります。当院で行う咽頭形成術は侵襲を伴いますが、高い満足感が得られます。

小児は高度のいびきが睡眠呼吸障害と一致することが多く、夜驚、夜尿、成長障害につながりやすく、また、近年学習障害との関連性も指摘されています。特に、2～6 歳の未就学児ではアデノイド、扁桃肥大が主たる原因であるため手術効果は高く、術後に夜尿の約 7 割が改善、9 ヶ月以内には消失したという報告もあり、気になる方はご相談下さい。

8月の医師の人事異動 7月31日付
退職 非常勤 内科 村上 純子

8月の医局学術講演会のお知らせ

日時 8月30日(月) 19時15分～20時30分
会場 地下1階 講堂
演題 『間質性肺炎の急性増悪で死亡した68歳男性』
講師 公立阿伎留医療センター医局CPC
参加料 無料

6月の紹介患者数と画像検査数をご報告致します

FAXによる紹介患者は115人、また紹介状持参による紹介患者は249人で、合計364人でした。CT・MRIの画像検査のFAX紹介は49人でした。ご紹介誠にありがとうございました。

なお、FAXの申込時間は、『FAX受診申込書』で、9時から16時30分になっております。公立阿伎留医療センター宛専用の情報提供書、封筒等用意しております。

ご利用の際には、下記担当者までご連絡をお願いいたします。また、地域医療連携に関するお問い合わせについても、担当者がお受けいたしますのでご連絡下さい。

地域医療連携室 担当責任者:茅野和子 電話番号 042-558-0321 内線2123