

いびきと無呼吸

なぜいびきをかくか、呼吸が止まるか

通常時



気道が確保されていて
空気が抜けている。

イビキ発生



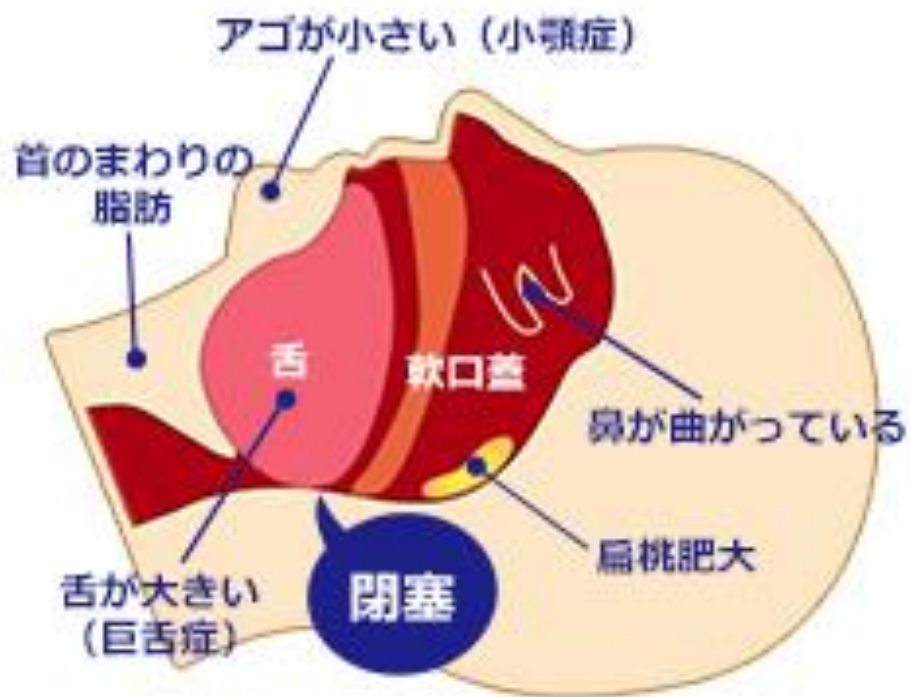
気道が狭まり空気が通り
難くなっている。

無呼吸症候群



気道が閉じ空気が通れない
無呼吸状態が起きている。

睡眠時無呼吸症候群の原因



居眠り運転を
起こしそうになる



日中の眠気
仕事に集中できない



起床時に熟睡感がない



このような症状はありませんか??

その症状は睡眠時無呼吸症候群かもしれません!!



起床時の頭痛



大きないびき
いびきが止まる



自覚症状



いびき

- ◎ いびき、無呼吸
- ◎ 日中の眠気
- ◎ 起床時の頭痛
- ◎ 熟睡感がない



日中の
眠気

身体的特徴

- ◎ 肥満
- ◎ 顎が小さい
- ◎ 扁桃肥大

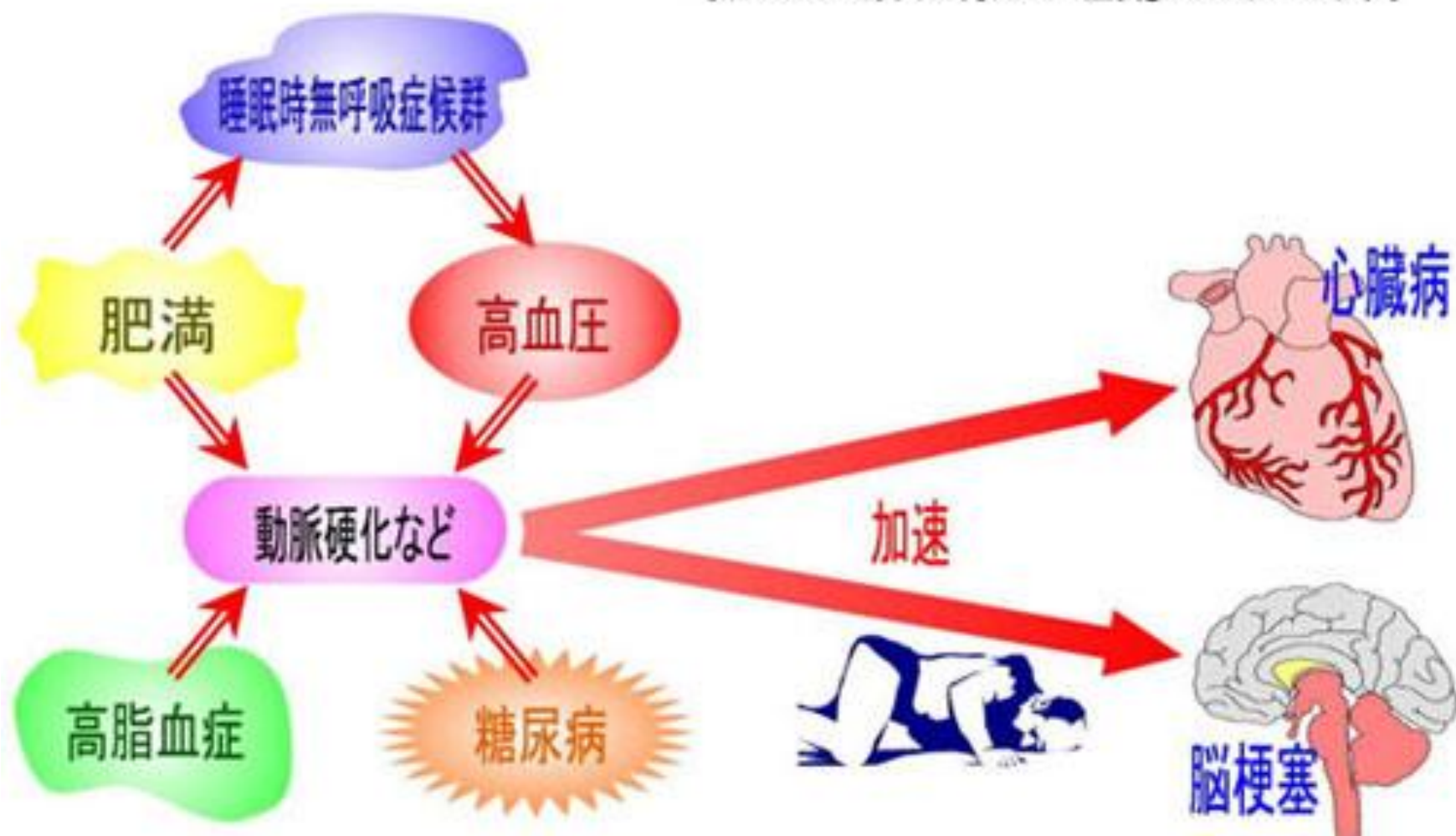


- ◎ 高血圧
- ◎ 糖尿病
- ◎ 心筋梗塞
- ◎ 脳卒中

合併しやすい疾患

『死の五重奏』

肥満、糖尿病、高血圧、高脂血症は心臓病の原因です。
また、睡眠時無呼吸症候群があると、高血圧になるのは3倍、
脳梗塞は5~10倍に危険性が増加します。
それで5つの原因は、『死の五重奏』とよばれています。



持續陽壓呼吸療法

(Continuous Positive Airway Pressure)



マウスピース

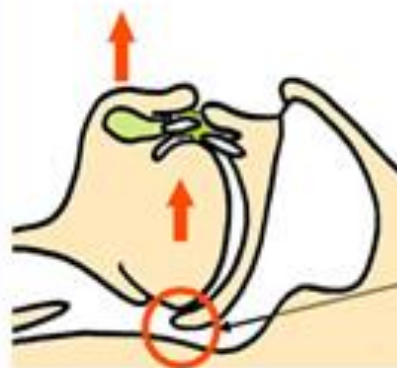


慣れると、違和感なく装着できます。



無呼吸時

舌が重力で落ち込み、気道がつまった状態。



装着時

マウスピースを装着し下あごを上に突き出すと、舌も上方に移動し、気道が確保されます。