



早期発見で対策を

—睡眠時無呼吸症候群(SAS)—

指導：愛知医科大学睡眠科 准教授 篠邊 龍二郎

企画：
日本医師会

No. 371

睡眠のトラブルが心筋梗塞や脳卒中につながる!?

夜間睡眠中に呼吸停止を繰り返して、よく眠れない状態が続く病気を「閉塞性睡眠時無呼吸症候群」(閉塞性SAS)といいます。治療しないと、居眠り事故や仕事上のミスなどを繰り返すため、社会的経済的損失も多大ですが、肥満になったり、高血圧、糖尿病などを発症して、数年後には狭心症や心筋梗塞などの心臓の病気や脳卒中などを起こしやすくなることがわかってきています。

突然死にも関係

何の前触れもなく突然に亡くなるいわゆる“突然死”は、中高年以降の男性にとくに多くみられます。一般に午前中に起こることが多いのですが、夜間睡眠中に起こる場合には、その多くが閉塞性SASの患者さんであることから、突然死との関係が考えられています。



■ 睡眠時無呼吸症候群(SAS)の種類と特徴

閉塞性 SAS	のどや上気道がふさがって起こり、SAS のほとんどを占める
中枢性 SAS	呼吸を調節している脳からの指令がうまく出ないために起こる

※SAS : Sleep Apnea Syndrome

心不全を起こしてさらに悪化することも

閉塞性 SAS の患者さんは、年齢に伴う変化として、心臓機能の低下や不整脈などから心不全を招きがちです。心不全が重症化すると息切れなどが起こりますが、これはなんとか全身に血液や酸素をめぐらせているという状態です。このような無理を続けると呼吸の回数が増えて、結果として「中枢性睡眠時無呼吸症候群」(中枢性 SAS)が発症しやすくなります。

中枢性 SAS は、閉塞性 SAS に比べて生命が危険にさらされやすい病気です。家族や周囲の人の協力で閉塞性 SAS のうちに早期発見をして、治療を始めることが大切です。早めにかかりつけの医師に相談しましょう。