

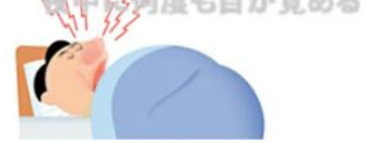
# SAS(睡眠時無呼吸症候群) 外来の紹介

Sleep Apnea Syndrome Check Program

SAS(睡眠時無呼吸症候群)とは、文字どおり、眠っているときに無呼吸状態になる病気です。無呼吸状態とは、呼吸が10秒以上止まっていることを指し、この状態が7時間に30回以上、あるいは1時間あたり5回以上あると睡眠時無呼吸症候群(SAS)となります。

仕事での大事な会議中や学校での授業中など、大事な時間であっても強い眠気に襲われたり、居眠りをしてしまったら、仕事や勉強への意欲が低下して、周囲からは「なまけもの」「だらしない人間」としてとらわれがちです。睡眠時無呼吸症候群(SAS)はまさに、社会的な問題となる病気なのです。

夜中に何度も目が覚める



SAS重症度ごとの事故発生率



「睡眠不足」「不眠」「日中の過剰な眠気」「睡眠に問題あり」の人は欠勤や遅刻の頻度が高く、眠気があると仕事の効率が約4割低下。睡眠呼吸障害者の交通事故発生率は3倍という報告もあります。

冠動脈疾患  
約3倍

糖尿病  
約1.5倍

高血圧  
約2倍

脳卒中  
約4倍

SASの「合併症」と「症状」

閉塞性睡眠時無呼吸(OSA)患者は、「脳卒中」「心臓病」「肥満」「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」など、いわゆる生活習慣病を合併するケースが多いといわれています。さまざまな心血管疾患と関連し、その予後にも関連することが知られています。

## <こんな症状があるヒトは要注意！>

- ・激しいいびきと呼吸停止
- ・習慣性の強いイビキ
- ・夜間頻尿
- ・不眠
- ・中途覚醒
- ・日中の眠気、倦怠感など
- ・起床時の頭痛
- ・メタボリックシンドローム
- ・認知症
- ・歯ぎしり
- ・生活習慣病（高血圧、虚血性心疾患、不整脈、糖尿病など）を合併する症例
- ・認知症

## <専門外来の紹介>

当院では、2019年4月より内科にて「SAS専門外来」(予約制)を開設します。既にSASの異常を指摘されておられる方、ご家族にSASの見える方、上記症状でSASが心配で詳しい精密検査を受けたい方は、お気軽に受診していただければ幸いです。

※当院で健康診断を受診された方は選定療養費3,240円がかかりませんが、当院で健康診断を受けてない方は選定療養費3,240円が初診時に加算されます。

## 総合健診科

お問い合わせ 月～金曜日(土日祝祭日は除く) AM10:00～PM5:00  
0120-156-052 (直接フリーダイヤル)  
059-331-1211 (健康管理センター代表)  
四日市羽津医療センター 総合健診科 予約窓口