

✓ 睡眠時無呼吸症候群

最近マスコミなどで取り上げられることがあるのでご存じの方もいるかもしれません。この病気は寝ている間に断続的に呼吸が止まってしまうために、昼中強い眠気を催したり、全身倦怠、頭痛、記憶力の低下、等の症状を呈します。大きいなびきをかく人の7割は該当するといわれています。

そしてこの病気は、眠っている間に下顎や舌が、のどの奥に覆い被さるように落ち込んで(舌根沈下)、のどを塞いでしまうために起こる閉鎖型と呼ばれるタイプと、中枢型と呼ばれ、呼吸を司る中枢神経が深い眠りにより機能しなくなっておこるタイプに分かれます。

全体の9割は前者で、欧米の報告では、このタイプで高血圧になっている人は、健康な人の約2倍です。狭心症などの虚血性心疾患は2倍から3倍、脳梗塞などの脳血管疾患は3倍から5倍も多いと言っています。血液中の酸素が少なくなることによって、様々な病気を引き起こす危険が増すのでしょう。

仰向けになって眠ると気道(呼吸するときの空気の通り道)が閉塞しやく、太っていても、気道を囲む組織に脂肪がつき発症につながり、また、喫煙や飲酒、睡眠薬も発症を促すといえます。

さて、このタイプの治療ですが、夜寝るときだけ下顎が落ち込まないようなマウスピースをつけてあげれば、無呼吸になることを防ぐことができます。当院でも作ることができます。また、いびきで悩んでいる方にも同じ理屈でこのマウスピースで解決できるタイプのものがあります。

睡眠時無呼吸症候群の診断は内科で行われるものですが、そう診断され治療に悩んでいる方は、この方法は手術と違いストレスの加わらない方法ですので、まずやってみることをお勧めします。

© 銀座東芝ビル歯科医院 All rights reserved.

※掲載の記事・写真・イラストなどの無断複写・転載等を禁じます。