

## 「重症睡眠時無呼吸症候群は死亡率を 3.8 倍上昇させます！！！！」

2008年7月、アメリカ合衆国のウィスコン大学研究グループが重症睡眠時無呼吸症候群(SAS)の人は通常の人に比べ、死亡率が高いと発表しました。同グループはアメリカ合衆国ウィスコン州の住民 1522 人に対し PSG(睡眠時無呼吸検査)を行い、SAS がある人とならない人に別け、18 年間追跡し、その死亡率、心血管系イベント(脳卒中、心筋梗塞など)の発生率を調査しました。その結果 AHI(皆さんもご存じの睡眠 1 時間当たりの無呼吸と低呼吸を示す値)の値が 30 以上の重症 SAS の人は SAS ではない人に比べ、3.8 倍の死亡率、5.2 倍の心血管系イベントの発生率があることがわかりました。

重症 SAS の人は治療を行わなかった場合、脳卒中や心筋梗塞になりやすく、死亡の危険も高まることが証明されました。また、この研究の中で、日中の眠気がある人とならない人で比較してみても死亡率や心血管系イベント発生率に差はありませんでした。これは、睡眠時無呼吸の患者様は日中眠気がなくても、治療を行う必要があるということを示しています。

これまで、多くの研究グループが SAS に対する CPAP 治療を受けると生存率を改善することを示しています(図1、2)。現在 CPAP 治療は標準的治療となってきました。

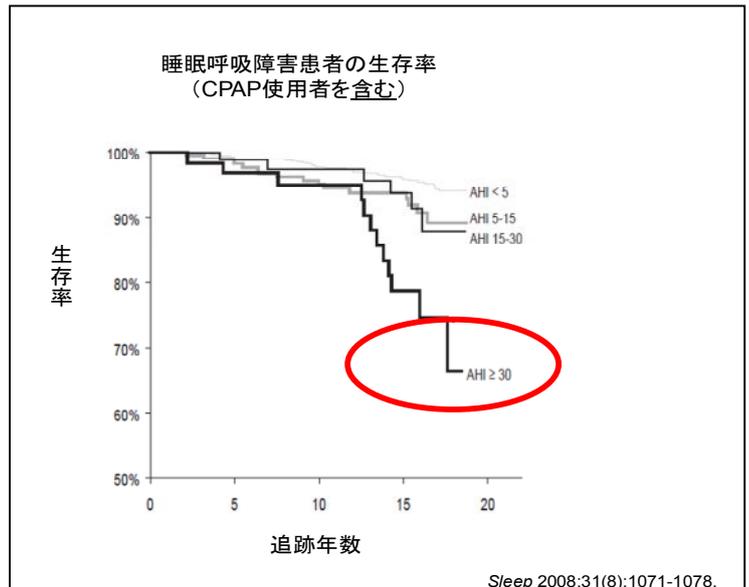


図 1)睡眠呼吸障害患者の生存率(CPAP 使用者を含む)

重症の SAS では生存率が下がっています。

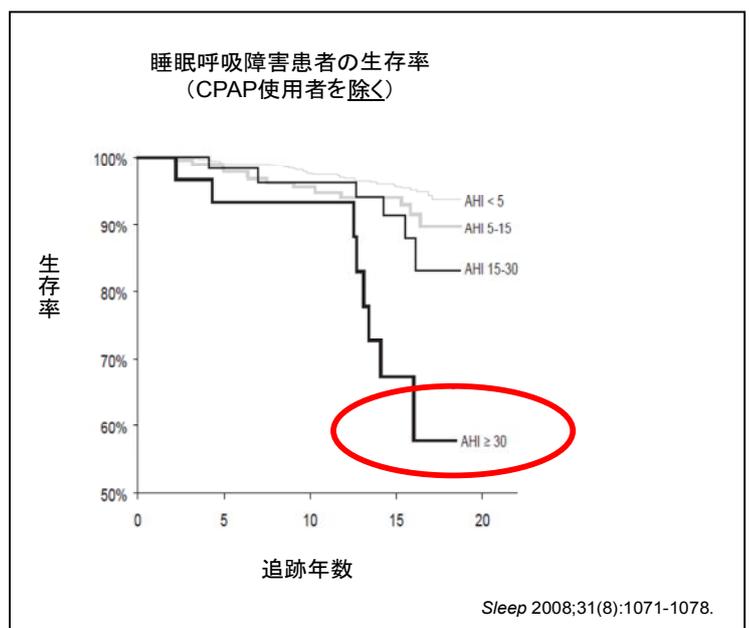


図 2)睡眠呼吸障害患者の生存率(CPAP 使用者を除く)

重症の SAS で、更に生存率が下がっています。

SASは、CPAPでコントロール可能な病気です。SASは死亡率を高め、脳卒中、心筋梗塞などを起きやすくさせる怖い病気です。早期発見、早期治療が大事です。いびき、無呼吸などを指摘された人は早めに睡眠時無呼吸検査(PSG)を受けましょう。また、SASと診断された患者様は健康で快適な生活をおくれるよう、私達と一緒に治療していきましょう。



(文責: 齊藤)

#### CPAP ユーザーの声(60歳代・男性)

感触的には CPAP を使用していない方が良く眠れそうであるが、検査結果では CPAP を使用した方が良い結果が出ていると聞いている。また心臓に負担がかかるということも聞かされ、毎日使用するよう努力している。

機械音がうるさいので、少し離れた場所に機械を置いている。

旅行する時には持っていわずに CPAP は使用しておらず、その時には、いびきがひどい模様です。

当初に比べれば、2年経過し、随分と使い慣れてきました。今後は、体重を減らして、CPAP を早く外せるよう努力します。



皆さん、努力されているんですね。感心します。私達スタッフも、逸早いCPAPからの卒業を心から願っております。今後も頑張っていきましょう。

#### SAS 診療室からのお願い

- ・CPAP ユーザーの方は、**月一度の外来受診**が必要です。受診のない場合は、機器の返却・回収となる場合がありますので、御注意下さい。当院は**予約制**になります。15日までに当月内の御予約がない場合は、受診願いの文書をお送りさせていただくこともありますので、御了承頂き、早めの御予約をお願いします。
- ・平成20年10月より、第3土曜日だけでなく、**第1土曜日の午前中**にもSAS外来を致します。ご利用下さい。
- ・診察日には**御使用中のCPAP機器もしくはカード**を忘れず御持参下さい。
- ・当院ホームページ(<http://www.shunkaikai.jp/sleep/>)も是非御覧下さい。