

寒い季節が続いていますが、風邪などひかれていませんか？体調管理を行いながら、この冬をのりきりましょう。今回の SAS の音では、鼻の疾患に関する内容をお届け致します。寒い季節になると鼻水が出やすくなったり、春先などは花粉症などでも鼻の通りが悪くなってきます。鼻の疾患を持っていない人でも、鼻が詰まりやすくなるのですから、元々疾患を持つ方は特に注意する必要がありますね。

では、実際に鼻の疾患にはどのようなものがあるのでしょうか。

〈鼻疾患の種類〉

①アレルギー性鼻炎: 特定の原因物質(抗原)の吸入により、くしゃみ・水様性鼻汁・鼻閉などの症状が出現します

抗原には、ハウスダスト、ダニ、カビ、ペットの毛などの通年性抗原と、スギ花粉、ヒノキ花粉など特定の時期だけ症状が起きるいわゆる花粉症に大別することができます。

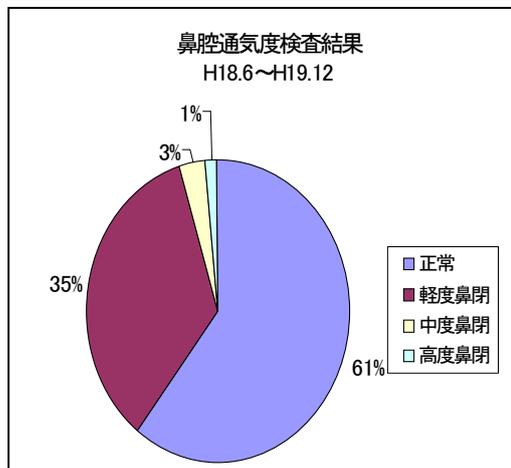
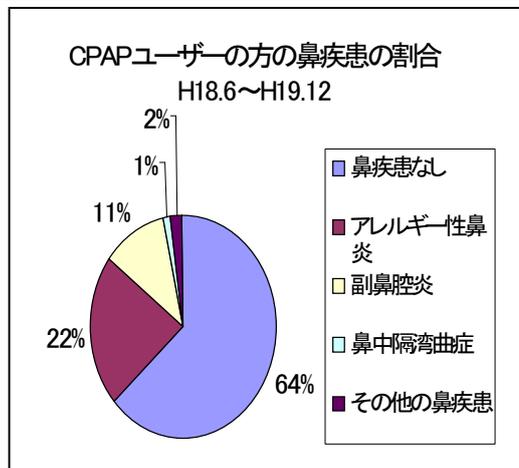


②慢性副鼻腔炎(蓄膿症): 副鼻腔(前頭洞、篩骨洞、蝶形骨洞、上顎洞)に炎症が起き、慢性化(3ヶ月以上)したものをいいます。アレルギー性鼻炎や鼻風邪などを契機に発症することが多い疾患です。症状として鼻閉、膿性鼻汁、嗅覚障害などが生じます。

③鼻中隔湾曲症: 鼻中隔(左右の鼻腔を分ける壁)がゆがんで左右どちらかに突出し、凸側は鼻腔が狭くなり、凹側は広くなります。そのため鼻の中での空気の流れが影響を受け、鼻づまりが生じる疾患です。症状は鼻詰まりですが、鼻内の気流の乱れにより鼻の粘膜に炎症を起こすと副鼻腔炎などの疾患を引き起こす可能性があります。

④上記以外の鼻疾患: 鼻出血や鼻風邪

下の図は、当院において CPAP を使用された 149 名における、鼻疾患の合併率を表したものです。



・鼻疾患の割合

	鼻疾患なし	アレルギー性鼻炎	副鼻腔炎	鼻中隔湾曲症	その他の鼻疾患	合計
人数(%)	94(64%)	33(22%)	17(11%)	2(1%)	3(2%)	149

・鼻腔通気度結果

	正常	軽度鼻閉	中度鼻閉	高度鼻閉	合計
人数(%)	90(61%)	52(35%)	5(3%)	2(1%)	149

上記のように 4 割近くの方が鼻疾患を合併しており、また鼻腔通気度検査においても 4 割の方が鼻の通りが悪いという結果が得られました。鼻の治療を行いながらうまく CPAP を使用していく必要があるでしょう。では鼻疾患の治療法としてどのようなものがあるのでしょうか

裏面へ続く...

〈鼻疾患の治療法〉

①点鼻薬による治療

①単に鼻の粘膜を収縮させるもの(血管収縮性点鼻薬)、粘膜収縮性のある点鼻薬。

鼻の粘膜の血管を収縮させ、鼻づまりを抑える点鼻薬です。効果が高く、鼻づまりを抑えることができますがその効果は一時的であり、長期間使用すると、副作用でかえって鼻づまりがひどくなること(薬剤性肥厚性鼻炎)もあります。寝る前に使用すると良いでしょう。

代表例: プリビナ、ナーベル、ナシベン など



プリビナ

②副腎皮質ステロイドの点鼻薬。

アレルギー性鼻炎に有効です。

アレルギー、花粉症の最盛期時期に期間限定で使用するのが望ましいでしょう。

代表例: フルナーゼ、シナクリン、ベコナーゼ、リノコート など



フルナーゼ

③抗アレルギー点鼻薬。

即効性は②の薬剤と比べて少し弱いですが、安全性が高く、長期使用も可能で予防的な使い方ができる点鼻薬です。アレルギー性鼻炎や血管運動性鼻炎に有効です。

代表例: ザジテン、インタール、リボスチン、ソルファ など



ザジテン

②内服による治療

・花粉症などのアレルギー性鼻炎による鼻づまりに対して有効とされています。

アレルギー発症に関与している体内物質ロイコトリエンの働きを抑制します。専門的にはロイコトリエン拮抗薬に分類されます。

代表例) オノン、シングレア



オノン



シングレア

③外科的手術による治療: 後日詳細報告!

上記の治療以外でも、CPAP 用加湿器や CPAP 機器専用花粉症用フィルターなどを使用することも鼻づまり対策には効果的です。今現在鼻詰まりによって、CPAP 使用が困難になっている方は、スタッフに御相談下さい。

CPAPユーザーの声 (60歳代男性)

CPAP 使用で良かったことはいびきをかかなくなったことと、無呼吸の回数・秒数が減少したことです。

悪かったことは冬期に冷たい空気を吸うため、くしゃみ、鼻水等が続くことです。

使用者の方の感想を伺ってみると、CPAP 使用には気分がよくなった等の良い感想がある反面、使い難さや風による影響等、使用後に悪い点が浮き彫りになるケースが多くあります。以前に SAS の音で紹介した加湿器等、対処できる可能性もありますので、まずはスタッフに御問い合わせ下さい。

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・回収となる場合も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きます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。

・吉嶺先生の外来診察は、患者様が集中し、待ち時間が長くなっているため、大変御迷惑お掛けしております。

御時間のない方は、当院他の先生、もしくはお近くの病院での CPAP フォローも可能です。御相談下さい。

・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。