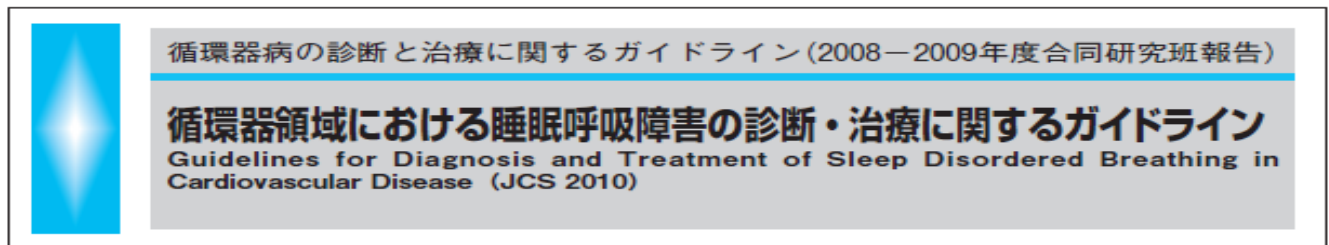




今回は睡眠呼吸障害と循環器疾患との関連についてお話したいと思います。

睡眠呼吸障害の代表的疾患が睡眠時無呼吸症候群【SAS】ですが、これまでも SAS の音で”SAS と高血圧”において、SAS の患者さんの 5～9 割に高血圧を合併する、また”SAS と死亡率の増加“では SAS の患者さんでは死亡率、心血管系イベントが高いという話がありました。

循環器疾患には高血圧、虚血性心疾患、不整脈、心不全、大動脈瘤、肺高血圧などがありますが、そのいずれにも SAS の関与が認められています。そのため、循環器領域でも SAS について注目され、昨年 2010 年”循環器領域における睡眠呼吸障害の診断・治療に対するガイドライン”が作成されました。このガイドラインは日本循環器学会のホームページでどなたでも閲覧できるようになっています。→【<http://www.j-circ.or.jp/guideline/pdf/JCS2010,momomura.h.pdf>】



このガイドラインでは循環器領域においても、積極的に SAS の診断・治療を勧めています。本日はその概要について簡単に御説明致します。

睡眠時無呼吸は主に閉塞性睡眠時無呼吸(obstructive sleep apnea:OSA)とチェーン・ストークス呼吸 (cheyne-stokes respiration:CSR) を伴う中枢性睡眠時無呼吸(central sleep apnea:CSA)とに分類されます。

【病態、心血管系への影響】

①OSA: 上気道(特に咽頭部)の狭窄・閉塞が原因。OSA が心血管系に与える影響は、1.胸腔内が陰圧になり心機能が一過性に低下する、2.繰り返し起こる無呼吸により、低酸素状態・高二酸化炭素状態になる、3.酸化ストレスが増加し、炎症をさせ、血管内皮機能障害を引き起こすことで動脈硬化が促進する。また血液凝固異常を起こし、心血管イベントの増加につながる。

②CSA: 心不全や脳卒中で比較的多くみられる無呼吸パターン。重症 SAS においてはチェーン・ストークス呼吸が認められることから、CSA の存在は心不全の存在が疑われる。チェーン・ストークス呼吸を合併した心不全は予後が不良。

【治療】

① OSA: 狭くなった上気道を広げる治療が必要です。1.減量 2.生活習慣の是正と運動(節酒、

睡眠剤の中止など) 3.体位療法 4.持続気道陽圧(CPAP) 5.口腔内装置(oral appliance:OA) 6.外科療法 など

- ② CSA：心機能を改善する治療が必要です。1.薬物療法(ACE 阻害剤、利尿剤、 β 遮断薬) 2.デバイス(心臓再同期療法)、外科治療 3.運動療法(心臓リハビリテーション) 4.夜間在宅酸素療法(HOT) 5.持続気道陽圧(CPAP)療法 6.その他の陽圧治療(bi-level PAP,adaptive servo-ventilation:ASV)

[各論]

1. 高血圧と OSA

OSA 自体が高血圧の原因となる二次性高血圧の原因の 1 つです。OSA の高血圧の最も重要な特徴は、仮面高血圧が多い点と、治療抵抗性高血圧の原因疾患となる点です。通常、治療抵抗性高血圧は、利尿剤を含む 3 剤以上の降圧療法を投与中にもかかわらず、診察室血圧が 140/90mmHg 未満にコントロールできないものを言います。治療抵抗性高血圧の 80%以上に AHI(無呼吸低呼吸指数)>10 の OSA がみられたとの報告があります。また CPAP 療法により多くの患者で降圧効果が得られ、心血管予後も改善します。

2. 心不全

心不全患者における睡眠呼吸障害の特徴は、閉塞性睡眠時無呼吸(OSA)に加え、**チェーン・ストークス呼吸**を伴う中枢性睡眠時無呼吸(CSR-CSA)を高率に認めることです。OSA は、心不全の発症リスクを高めます。一方、CSR-CSA は心不全の結果とみなされています。いずれの睡眠呼吸障害も心不全と合併するとその予後を悪化させますが、上手くコントロールできると予後は改善します。

これら以外にも SAS は不整脈・虚血性心疾患・大動脈瘤などと合併する事があります。SAS とこれらの疾患を合併しているかどうか、是非主治医の先生と御相談の上、必要な検査などを行って下さい。

【文責：中山 史生】



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。
- ・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。
- ・来月の土曜 SAS 外来は **7/2(吉嶺)、7/9(吉嶺)、7/23(原田)**、です。

