



SASの音～

No.45
(3月)

特別医療法人春回会 井上病院
住所:長崎市宝町 6-12
SAS 専用電話: 095-844-1528
睡眠専任技師:酒井・森・松本
対応時間:9:00～17:30



暖かくなったり寒くなったりと気温差があるこの時期は風邪やインフルエンザなど、体調を壊しやすくなります。手洗い・うがいを心掛け、予防しましょう。



今回の SAS の音は、昨年 10 月に京都で開催された睡眠学術集会にて、吉嶺先生が発表された「睡眠時無呼吸症候群患者における夜間頻尿と CPAP 治療の効果」についてご紹介したいと思います。

まず夜間頻尿とは、夜間に排尿のために 1 回以上起きなければならないという訴えであり、そのことにより困っている状態を言いますが、睡眠時無呼吸症候群 (SAS) 患者の臨床症状として夜間頻尿はしばしば認められています。そこで昨年 4 月に当院で CPAP 治療を継続している方 230 名を対象として CPAP 治療前後の夜間排尿の回数について調査を行いました。

初診時とCPAP開始後における夜間排尿回数の比較

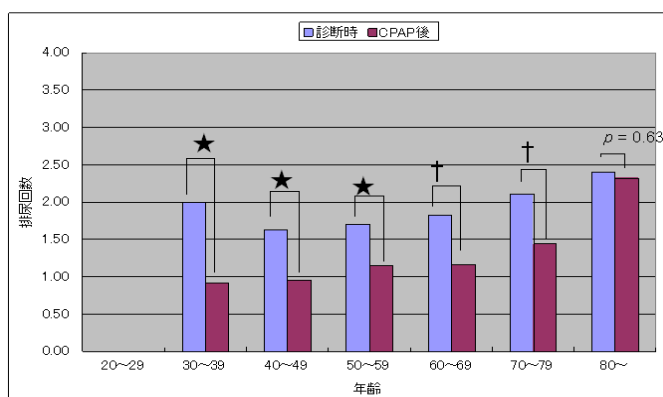
	初診時	CPAP開始後	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上	総計
0回	56	14	5						75
1回	23	30	10	2	2				67
2回	10	27	8	3	1	2			51
3回	4	6	6	3	2				21
4回	2	2	3	1	1				9
5回以上			3	2	2				7
総計	95	79	35	11	8	2			230

治療前に夜間排尿が 1 回以上あった患者は 155 名 (67%) で、2 回以上あった患者は 88 名 (38%) でした。また SAS が重症である程夜間排尿回数が多い結果でした。更に驚くべきことに、この内 91 名 (40%) の方で、CPAP 使用開始後に夜間排尿回数の減少が認められましたことがわかりました。98 名 (43%) の方は

は不変。41 名 (18%) の方は増加。

次に、夜間排尿が 1 回以上ある患者に限定すると、80 歳代を除き、すべての年齢層で CPAP 治療により排尿回数が減少しており、これらの年代層での夜間頻尿には SAS の影響が大きく関与していると考えられます。

夜間排尿が1回以上ある患者におけるCPAP前後の排尿回数の変化



原因として、「無呼吸⇒心臓に負担がかかる⇒循環血液量を減らそうとして利尿ホルモンが出る⇒頻尿になる」と考えられます。CPAP つけると「無呼吸が減少・消失⇒心臓の負担が軽くなる⇒利尿ホルモンが減少⇒尿が減る」となる訳です。CPAP を使用しているみなさんも夜間頻尿だけでなく、きっと色んな症状が変化（改善）しているはずですよ。

CPAP ユーザーの声【80 歳以上男性】

私は 80 歳 10 カ月になります。

20 歳頃からいびき・無呼吸がありました、それが当たり前でした。結婚して 54 年になりますが家内も呆れて離れて寝る事が多々ありました。79 歳の時心臓手術の折、無呼吸の話をしたら、井上病院を紹介され、原田先生と面接しました。先生の話聞き、機械を使用するようになりました。今 1 年 10 カ月になり満足しております。

- ・ 22 時就寝、4-5 時頃トイレ(1 回あるかないか)、朝 6 時まで熟睡(今までは 2-3 回あり)。
- ・ いびきや無呼吸がなくなった。
- ・ 夜中にトイレまで這って行くことがなくなった。
- ・ めまいがなくなった。(天井が動く事)
- ・ 日中もふらつきがなくなった。

寝ている自分は分かりませんが、家内が一番安心しています。

Dr.よりコメント

夜間頻尿の原因として、男性の場合は前立腺肥大と SAS、女性の場合は過活動膀胱と SAS が代表的です。CPAP 治療を行なっても改善が見られない場合は、泌尿器科を受診したほうがよいかもしれませんね。



ここで皆様にお知らせがあります。当院の睡眠検査室が近日中にリニューアルオープンします。完全個室で室内にトイレとシャワーを完備しています。ゆっくりとお休み頂き、クオリティーの高い検査を受け、朝からすっきりお帰り（もしくは出勤）頂けます。

また、5 月には市民公開講座も計画しています。詳細は来月の「SAS の音」に！

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 4/14(吉嶺)、4/21~10:30(原田)、4/28(吉嶺) です。

