

2026年4月より

山口彩 医師による

SAS外来 が始まります
(睡眠時無呼吸症候群)

完全予約制 **毎週金曜日**

第1・3・5週 午前

第2・4週 午前・午後

(午後の診療は13時半～15時)



睡眠時無呼吸症候群 (SAS)^{サス} ってどんな病気？

1 どんな症状が SAS とされるの？

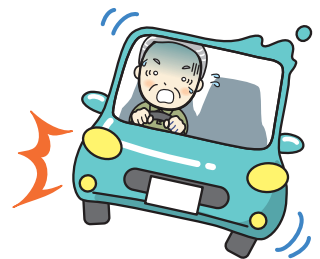
SAS とは、睡眠中に呼吸が止まってしまったり、止まりかけたりすることが断続的に現れる状態を言います。医学的には、10 秒以上呼吸が止まった状態を「無呼吸」とし、無呼吸状態が一晚（7 時間）の睡眠の間に 30 回以上、または 1 時間あたり 5 回以上生じる場合は睡眠時無呼吸症候群とされます（※）。

自覚症状として、日中の強い眠気、夜間の覚醒、持続的な疲労感、集中力の欠如などがあります。また、大きないびきや睡眠中の無呼吸、性格が変わったなどの指摘をご家族から受けて発覚する場合があります。

（※）『睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の診療ガイドライン』より

2 SAS を放っておくとどうなるの？

SAS を放置すると様々な合併症を引き起こす危険性が増します。睡眠中に呼吸の停止と再開が繰り返されることにより、血圧が上昇し血液が固まりやすくなります。そのため、高血圧や糖尿病などの合併症を引き起こしやすい状態になります。また、睡眠中に脳や心臓に酸素が行き渡らなくなるため、脳卒中や心筋梗塞のリスクも上がります。こうした病気だけでなく、昼間にウトウトなりやすくなるため交通事故や仕事でのミスや事故を引き起こす原因にもなります。



3 検査と治療について

睡眠時無呼吸症候群が疑われる場合、自宅で普段どおりに寝ながらできる検査（簡易検査）を受けていただきます。寝るときに手や鼻にセンサーをつけて、通常どおり寝ていただくだけです。その結果、睡眠時無呼吸症候群が強く疑われた場合、一泊入院して精密検査を受けていただきます。

治療として、最も普及しているのがマスクを付ける持続陽圧呼吸療法（CPAP 療法）となります。他にもマウスピースや場合によっては生活習慣の改善（減量）、などがあります。CPAP 療法は保険が使用できます。



CPAP 療法