

「睡眠時無呼吸検査」のご案内

簡単な睡眠時無呼吸検査です。自宅でも出来ます。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とはどんな病気？

睡眠中に10秒以上、口・鼻の空気の流れ（呼吸）が止まってしまった状態を『睡眠時無呼吸』といいます。呼吸が止まらなくても呼吸が弱くなり体の中に酸素が足りない状態となるものを「睡眠時低呼吸」といいます。この呼吸と低呼吸を合わせて睡眠中1時間当たり5回以上認め、しかも下記に述べる日中の眠気など特徴的な症状がある場合にSASと診断します。症状がなくても無呼吸・低呼吸が睡眠中の1時間当たり15回以上存在する場合にもSASと診断します。

睡眠時無呼吸検査とは

自宅でも、アプノモニター（簡易睡眠時呼吸検知装置）を装着して、眠っている間の鼻呼吸とイビキ、酸素飽和度のデータを同時に測る簡単な検査です。夜中にトイレに起きてても、モニターを外さずに自由に行けます。

鼻と腕に装着したセンサーで、睡眠中における鼻の呼吸、血液中の酸素濃度を記録・解析することによって、無呼吸や低酸素が睡眠中に起こっていないかがわかります。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)の症状

- ・ 居眠り運転を起こしそうになる
- ・ 大きなイビキをかく
- ・ 日中いつも眠気が起きる
- ・ 起床時に頭痛がする
- ・ 熟睡した感じがない



検査は簡単。簡易モニターを装着するだけ

あなたの眠気度をチェックしてみましょう！！

Q1 座って雑誌や新聞などを読んでいる時	
Q2 座ってテレビを見ている時	
Q3 会議、映画館、劇場など静かに座っている時	
Q4 乗客として1時間続けて車に乗っている時	
Q5 午後に横になって、休息をとっている時	
Q6 座って人と話をしている時	
Q7 昼食を取った後（飲酒なし）静かに座っている時	
Q8 座って手紙や書類を書いている時	

どのくらいウトウトする（数秒から数分眠ってしまう）のかを、各質問に対して以下の4つの回答の中から選択して下さい。そして、回答毎に設定されている点数を集計して下さい。

「ほとんどない（0点）」「少しある（1点）」
「半々くらい（2点）」「高い（3点）」

合計点が **11点以上** の場合は、睡眠時無呼吸症候群の疑いが高いです。検査を受けることをお勧めします。

【料金】
8,000円（税別）

お申込み・お問合せ 溪仁会円山クリニック
電話 (011)611-7766

