



上下一体型のマウスピースをつけることにより、  
下の顎を前だして舌を持ち上げ気道を広げます



AHI 無呼吸指数: 20以上

CPAP

ホース・マスクを介して常に一定圧の空気を送り、  
気道がふさがるのを防ぎます



\*大濠内科では、睡眠チェックの検査から、治療  
CPAPの管理/マウスピースの作製を行っています。

睡眠時無呼吸症候群について

# SAS

Sleep Apnea Syndrome

眠ると呼吸が止まってしまう病気です。  
低酸素状態が続くと、血管や心臓に負担がかかるため、  
全身疾患のリスクが上がってしまいます。



高血圧

2倍

2型糖尿病

2.3倍

心不全

4.3倍

脳卒中

3.5倍

不整脈

3.26倍

虚血性心疾患

2.5倍

## SAS チェック

- 大きないびきをかいている/指摘されたことがある ; 1.5点
- 睡眠中に呼吸が止まっていると指摘されたことがある ; 3.0点
- 日中に強い眠気がある（工作中・会議中・運転中） ; 1.5点
- しっかり寝ても、日中眠い/だるい 朝疲れが取れていない感じ ; 1.0点
- 高血圧である 降圧薬を飲んでも血圧が下がりにくい ; 1.5点
- 夜間にトイレに起きることが多い ; 1.0点
- メタボリックシンドロームの傾向を指摘された/肥満傾向がある ; 1.5点

3点以上は睡眠時無呼吸症候群の可能性が高いです

 大濠内科

参照:フィリップス・ジャパン パンフレット  
『その症状睡眠時無呼吸症候群かも！？』より