

Vol.12

院長 関の

Face to Face

2009年6月1日発行



睡眠時無呼吸症候群とい
えば、何となく太った中年
男性…というイメージが強
くないでしょうか。実はそ
うでもないことが最近わか
ってきました。一歳〜四歳
くらいの幼児や、痩せてい
る若い人にも見られたりす
るのです。睡眠時無呼吸症
候群の定義は一晚の睡眠時
に十秒以上の無呼吸が三十
回以上おこる、または睡眠
一時間あたりの無呼吸が五

他人事ではない『睡眠時無呼吸症候群』



回以上おこること とされ
ています。頭がぼおっとする、
集中力がなく、怒りやすい、
日中眠たくなるなどの症状
から始まり、日を重ねてい
くと心筋梗塞、脳血管障害、
心臓冠動脈障害、高血圧、な
どの合併症が生じる確立が
高くなります。重度になれば、
死亡率も上がってきます。
また、日中の突然の睡魔か
ら思わぬ事故を引き起こす

ことも考えられます。原因
は一口で言うと「睡眠時の
気道障害」ですが、主には肥
満、アレルギー性鼻炎、副鼻
腔炎、鼻中隔湾曲症、舌の筋
肉の衰え、顎の未発達、後頭
部の奥行き（絶壁）、幼児の
場合は、アデノイドと口蓋
扁桃、舌扁桃などの扁桃組
織の肥大が考えられます。
つまりどれかひとつくらい
は皆さんも思い当たること
があるようなものなのです。
自分は無呼吸になっっていな
いか一度家族に観察しても
らってみてください。次回
はこれらの解決策をお伝え
します。

関 修一（せきしゅういち）

健育会 東銀座整骨院・鍼灸院・
整体院 院長

代替医療の総合治療院としての
確立を目指す

タイトルの「face to face」患者
さん自身と向き合って患者さん
の症状と戦うことを願ってつけ
た *毎月1日の発行です