

“いびき外来” 始めました

月・木曜日：11:00～12:00（予約制）

令和6年
5月より開始



当院のいびき外来では、睡眠時無呼吸症候群の検査を行っています。

下のセルフチェックで思い当たる症状が1つでもある方は、一度当院のいびき外来を受診されることをおすすめします。



セルフチェック こんな症状ないですか？



寝ている時・・・

- 大きないびきをかいていると言われる
- 呼吸が止まっていると言われる
- 息苦しくて目が覚める、何度もトイレに起きる
- 寝汗をよくかく、寝相が悪い



朝起きた時・・・

- 頭痛がする
- 口や喉が渇く、胸やけがする
- いくら寝ても熟睡感がなく、疲れが取れない



日中・・・

- 血圧が高い
- 強い眠気、だるさを感じる

+3kg

そのほか・・・

- 太っている、1年以内に3キロ体重が増えた
- 集中力、記憶力が低下してきた
- 居眠りで交通事故をおこしかけたことがある



睡眠時無呼吸症候群とは？

睡眠時無呼吸症候群とは、大きないびきを特徴とし、睡眠中に何度も呼吸が止まってしまう病気です。

就寝中のことのため、自分では気づきにくい病気です。

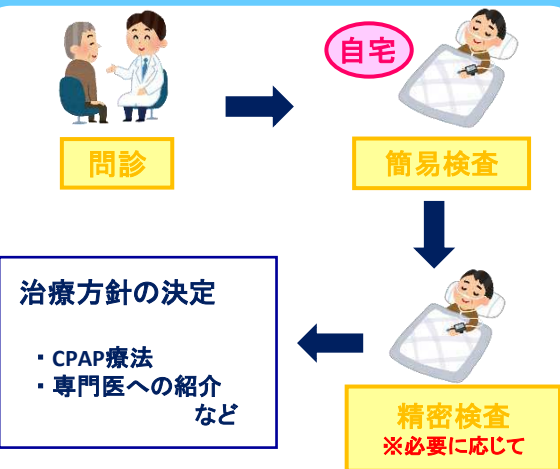
そのままにしておく・・・

日中の強い眠気が交通事故や労働災害の原因となるだけでなく、呼吸が止まると身体は酸欠状態になります。そのため、血管や心臓には大きな負担がかかり、命に係わる病気を併発するリスクが高まります。

心筋梗塞	認知症	糖尿病	動脈硬化
交通事故	脳卒中	E D	うつ



簡単に検査ができます



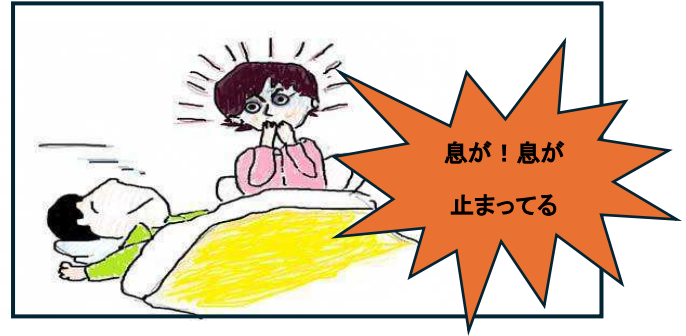
ご予約、お待ちしております。



こんな経験はありませんか？



となりで寝ている旦那さんや奥さんの『いびき』で寝れない事ありませんか？



『いびき』のひどい方は、時として息が止まっている時があるんですよ！

数秒から数十秒も止まっています！！

眠時にはノドの周囲の筋肉は緩むため、気道が狭くなります。また、特に上を向いて寝ると舌が後方へ落ち込み、気道を狭くさせ『いびき』や、あるいは一時閉じて低呼吸や無呼吸になります。したがって、『いびき』は睡眠障害(睡眠時無呼吸症候群)のよい指標になります。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)の潜在患者は人口の2~3%とされています。

皆さん！知ってました？こんな事故の新聞報道！！

2003年2月28日 山陽新幹線居眠り運転

時速270キロで
約8分間走行!!

2012年4月29日 高速バス事故 46人死傷

2012年7月11日 首都高玉突き事故 6人死傷

バスが防音壁に
衝突!!

知ってください！

これ全て睡眠時無呼吸症候群が原因です！
睡眠時無呼吸症候群は改善できます(^_^)