



## 睡眠時無呼吸症候群と高血圧の関係

帯広徳洲会病院  
 循環器内科  
 睡眠時無呼吸症候群外来担当  
 日本睡眠学会認定医  
 担当医 後平 泰信



睡眠時無呼吸症候群は、イビキをかく人の約5割、日本に約500万人もの患者様がおります。太った方やあごが小さい方に多く、寝ると舌がのどを塞ぐことで呼吸が止まり、その影響で眠りが浅くなり日中の眠気や集中力の低下が引き起こされます。

一方で、睡眠時無呼吸症候群が原因で、心筋梗塞や脳卒中、高血圧などの危険性が増してしまうことが知られております。特に高血圧は重要で、リスクは3倍にもなります。また、高血圧は放置しておく、動脈硬化の原因ともなります。

通常は、夜間から朝方にかけて血圧は下がりますが、睡眠時無呼吸症候群の方は、眠っている間に繰り返される無呼吸により交感神経の働きが高まり、逆に血圧が上がってしまいます。驚くことに、高血圧患者様全体の約3割、利尿薬を含む3種類以上の降圧薬を飲まれている患者様の約8割が睡眠時無呼吸症候群をお持ちなのです。

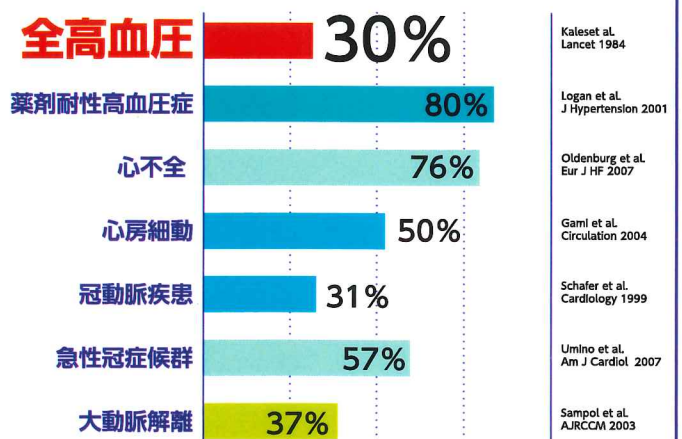
睡眠時無呼吸症候群の治療は、CPAP（シーパップ）治療があります。鼻に装着したマスクから空気を送り込み、気道を広げる治療法です。この治療を行うことで、夜間から朝方の血圧が下がり、降圧薬と同じ効果が証明されております。高血圧の治療としてもCPAP（シーパップ）治療は大切です。

高血圧をお持ちの方は、もしかすると睡眠時無呼吸症候群が高血圧の原因になっている可能性がありますので、是非一度当院にご相談いただければと思います。

### 睡眠時無呼吸症候群の合併症

<b>高血圧</b>	<b>1.37倍</b> <small>(Neito FJ.JAMA 2000;283:1829-1836)</small>
<b>虚血性心疾患</b>	<b>2.3倍</b> <small>(Partinen, et al:Chest 97:27-32,1990)</small>
<b>心臓突然死</b>	<b>2.61倍</b> <small>(Gami AS. N Engl J Med 2005;352:1206-1214)</small>
<b>脳卒中</b>	<b>3.3倍</b> <small>(Yaggi HK,et al:N Engl J Med 353:2034-2041,2005)</small>
<b>糖尿病</b>	<b>2.3倍</b> <small>(Reichmuth KJ,et al:Am J Respir Crit Care Med 172:1590-1595,2005)</small>

### 心血管疾患患者における睡眠時無呼吸の罹患率



循環器領域における睡眠呼吸障害の診断・治療に関するガイドラインより