

アプノモニター検査

機械を持ち帰って頂き、ご自宅で行う簡易的睡眠時無呼吸検査です。

睡眠時無呼吸とは

- 睡眠時無呼吸とは、睡眠時に**10秒以上の無呼吸あるいは低呼吸を30回以上**、または**1時間に5回以上**の無呼吸が確認される場合に、**睡眠時無呼吸症候群**と診断されます。1時間あたり30回以上あると重症といわれています。
- 日中の眠気、起床時の頭痛や口腔内の乾燥などの特徴があり、特に就寝中、他者より「いびき」「無呼吸」な状態があると**言われたことがある場合は、その可能性があります。**
- 睡眠時無呼吸状態は血中酸素濃度の低下、交感神経の活性化がおこるため、良質な睡眠を妨げ、身体に負担をかけてしまいます。
- 生活習慣病とも深く関わりをもち、**高血圧や糖尿病、心筋梗塞や脳梗塞などの病気が起こりやすくなります。**



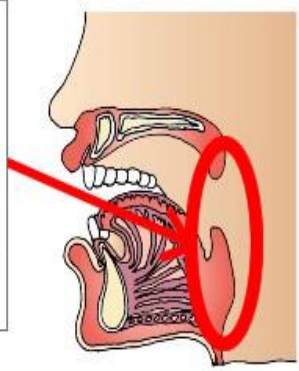
自分で気づきにくい！

原因は？

「閉塞型」と「中枢型」がありますが、ほとんどが「閉塞型」です。これは、気道が物理的にふさがれることで起こります。肥満や舌が大きい、あごが小さく後退している、などが原因です。「中枢型」は脳の呼吸中枢機能が低下することで起こります。

閉塞型

このあたりが塞がってイビキがおこります



検査の流れ

- ①当日、機械の取り付け方法の説明を聞いて、機械を持ち帰っていただきます。
- ②就寝前に機械を取り付け、電源を入れて眠ります。
- ③寝ている間の呼吸状態、血中酸素濃度を記録していきます。
- ④起床後、取り外して機械を病院へ返却して頂きます。



検査を受けるにあたっての留意点

- センサーの装着・電源ONを忘れずに！
- 機械は翌日、別の方へ使用することもありますので、必ず返却して下さい。