

# こんな症状に心当たりは？



疲れが取れない



いびきがうるさい



日中に  
強い眠気がある

## 睡眠時無呼吸症候群(SAS)

SASは 健常人に比べ下記のように言われています。

交通事故率が約7倍

Am Rev Respir Dis 1988;138:337-340

高血圧が2倍

Nieto FJ, Young TB, Lind BK. JAMA 2000;283:1829-1836

虚血性心疾患が3倍

Moore T, Rabben T, Wiklund U. Chest 1996;109:569-663

脳血管疾患が4倍

Bassetti C, Aldrich MS. Sleep 1999;22:217-223

糖尿病が1.5倍

Punjabi NM, Shahar E, Redline S. Am J Epidemiol 2004;160:521-530

**当院でも検査を行っています**

**総合診療科 医師 嶋崎が担当しています**

心当たりのある方は医師にご相談ください

IHI 播磨病院

あなたを脅かす万病のもと！

## 睡眠時無呼吸症候群セルフチェック

### Q1. 夜こんなことはありませんか？

- いびきをいつもかく。
- 睡眠中に呼吸が止まっていると指摘されたことがある。
- 苦しくて目が覚める。
- 夜トイレに何度も起きる。
- 口が渇く。
- 胸焼けがする。

### Q2. 日中こんなことはありませんか？

- いつも眠い、居眠りする。
- だるい、疲れる。
- 仕事に集中出来ない。
- 起床時の頭痛。

### Q3. 病気で困っていませんか？

- 高血圧なのに薬がよく効かない。
- 心臓の病気がある。
- 肥満や糖尿病である。
- 痛風や脂肪肝である。

Q1. 夜の項目でチェックが2つ以上あり、Q2. 又はQ3. にも該当するなら、睡眠時無呼吸症候群が疑われます。

播磨病院では、総合診療科の嶋崎医師が担当であり、以下の診療日でありますので、ご受診されることを検討願います。

総合診療科診療日

曜日：月曜日午前、水曜日午前、木曜日午前

受付時間：8:30～11:30

IHI播磨病院 TEL0791-22-0380

※ ご受診される際は、本シートを外来へご提出して下さい。