

むらいクリニック通信

Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic



女性と睡眠時無呼吸症候群



今月号では、女性と無呼吸について取り上げてみました。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)・・・この病名を耳にすると太った男性の病気とイメージする方が多いかと思いますが、女性にも起こります。女性の場合、自覚症状がなく、自分がいびきをかいていると気づかないケースが多いようです。

友達と旅行して、初めていびきを指摘されてショックだったと、いう話も耳にします。

男性に比べ、女性はいびきをかく人が少なく、SASになる人が少ないのも事実です。

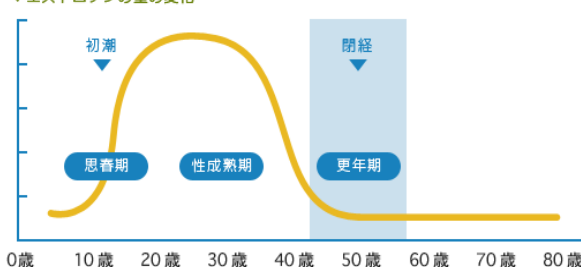
一般的に日本人男性の9%、女性の3%がSASと言われています。しかし、**女性は閉経後の50歳以降にSASの患者が増加し**、合併症である、心筋梗塞や脳梗塞のリスクも急激に増加します。これは**女性ホルモンの減少**に原因があるためです。

エストロゲンの減少が肥満を

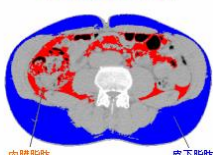
閉経を境に女性ホルモンのエストロゲン(卵胞ホルモン)が減少します。このホルモンは**血液中のコレステロール値を下げる働き**があります。閉経後、エストロゲンは減少すると、血液中のコレステロールが増え、**動脈硬化の危険性が増加**します。

エストロゲンには**内臓脂肪をつきづらくさせる効果**があります。元々このホルモンの多い女性は下腹部や腰回り、太ももなどに脂肪がつく皮下脂肪型肥満(下半身肥満・洋ナシ型肥満)になりやすいのですが、エストロゲンの減少により、男性に多い、**内臓脂肪型肥満(上半身肥満・リンゴ型肥満)**が増えてきます。内臓脂肪の増加は生活習慣病(高血圧・糖尿病・高脂血症など)を招きやすくなります。

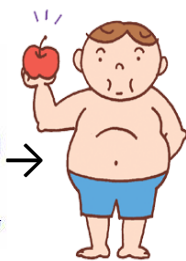
▼エストロゲンの量の変化



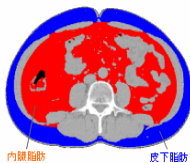
皮下脂肪型肥満



内臓脂肪 皮下脂肪
日立健康管理センター提供



内臓脂肪型肥満



内臓脂肪 皮下脂肪
日立健康管理センター提供

厚生省HPより

「いびきで病院に行くのが、恥ずかしいな」というような理由で受診しづらい方もみえると思いますが、放っておけば、様々な合併症を起こしかねません。様々な不調が治ることもありますから、まずは検査をしてみましょう。

プロゲステロンの減少が無呼吸のリスクに

閉経前後に女性ホルモンのプロゲステロン(黄体ホルモン)が減少します。このホルモンは、**脳の呼吸中枢を刺激する作用**があり、本来女性はいびきをかきにくいのですが、閉経前後は大幅に減少するため、**男性と同じ割合でいびきをかきやすくなります**。

妊娠とSAS

SASは妊娠期の体重増加に伴い、脂肪が上気道を狭くするために生じる事があります。SASの発症は母体より胎児に悪影響を及ぼしやすくなります。無呼吸になると低酸素濃度血症をおこします。睡眠中の母体の酸素濃度の低下は、着床障害による不妊や、流産、妊娠高血圧、妊娠糖尿病を生じやすくなります。妊娠早期にSASの診断や治療を開始することが必要といわれています。

◆◆◆◆クリニックよりのお願い◆◆◆◆

泊りの検査を予約された方は、特別な事情を除いてはキャンセルをお控え下さい。
キャンセルされる場合は、早めの連絡をお願いします。

CPAP使用の患者さんは土曜日や20日以降の受診は大変込み合い、待ち時間が長くなります。
CPAPの使用状況に関係なく**月1回受診**してください。
月末に来院のない方は受診予定の確認のため、当院もしくは機器メーカーより連絡をする場合がありますので御了承ください。

耳鼻咽喉科・アレルギー科
いびき・無呼吸検査治療室

〒503-0836

岐阜県大垣市大井2-44-2

TEL 0584-77-3838 Fax 0584-77-3839

予約専用TEL 0584-47-9898

<http://www.murai-clinic.jp>



予約QR