

寝ている間の大きないびきは 睡眠時無呼吸症候群の可能性

取材協力／すずき耳鼻咽喉科クリニック（いびきのご相談）

大きないびきをする人は寝ている間に呼吸が止まってしまっていることがあるという。鈴木敏幸院長は

「睡眠中に呼吸が止まる睡眠時無呼吸症候群は、体に負担をかけ、日常生活に障害をもたらします。高血圧や脳梗塞、心不全、狭心症などのリスクが高まり、日中の眠気により居眠り運転の確率が上がる」と話す。「いびきを減らすことで、睡眠の質が上がるというデータもありません」と話す。「いびきを減らすだけで、睡眠の質が上がるというデータもありません」と話す。

同院の検査は夜11時頃から（応相談）、翌4〜7時には帰宅可能。「費用は一般的に3〜4万円ほどですが、当院で

は1万3千円です」という。寝ているだけの検査で負担も少なく、翌週には結果がわかる。



鈴木敏幸院長

睡眠時無呼吸症候群 チェックシート

(3つ以上あてはまる方は注意)

- 夜間、何度が目を覚ます
- イビキがうるさいと言われる
- 朝起きると頭が痛い
- 居眠りをよくする
- いくら寝ても眠い
- 記憶力・集中力が落ちてきた

すずき耳鼻咽喉科クリニック
いびきのご相談

☎044(272)8402

中原区井田1-36-3 駐車場15台
(メディパーク川崎井田)

<http://www.suzuki-jibi.jp/>

診療時間 平日9時~12時半 / 15時~18時半
土曜9時~12時半 [休診日] 日曜・祝日