

さわやかCPAP便



医療法人社団
大竹内科呼吸器科医院
H28年11月発行

第61号

だんだん寒くない、結露が気になる季節になってきました。CPAPのマスクやホース内の結露対策についてわからない場合はご相談ください。また、風邪ひいてしまい、鼻づまりや喉の痛み等でCPAPが上手に使用できなくなることがあります。健康管理に気をつけましょう。

今回は睡眠時無呼吸症と、こわ〜い目の病気「**緑内障**」とのかかわりについてお話ししたいと思います。

睡眠時無呼吸と高血圧や心臓病、脳梗塞との関係はいつも診察の時に話していますが、最近の研究で実は緑内障にも深い関係があることがわかってきました。

緑内障は視野の一部が欠損したり、視野が狭くなったりする病気で、治療せずに放っておくと失明する可能性もある怖い病気です。一般的には自覚症状は少なく、見え方の異常に気付いた時にはかなり症状が進んでいることが多いようです。

緑内障による視野障害の進行(右目)



40歳以降では約5%の人に認められる病気ですが、**睡眠時無呼吸症の患者では正常者の2~3倍もなりやすい**そうです。原因は現段階でははっきりとしたことはわかっていませんが、無呼吸・低呼吸がおこって血液中の酸素が少なくなることで目の網膜神経細胞がじわじわ死んでいくためではないかと言われています(2016年6月・北海道大学の研究論文より)。

皆さんもご存じのとおり、神経の細胞は再生しないため、緑内障は悪くなることはあっても治ることはない病気です。無呼吸症を治療せずに放っておいたり、CPAPをきちんと使っていなかったりすると網膜神経細胞のダメージが進んで緑内障の症状が進行する可能性は非常に高いと考えられます。CPAPは睡眠中の低酸素症を改善しますので、CPAP療法そのものが目の治療(悪化の防止)になるのです。

繰り返しになりますが、**死んでしまった神経細胞は再生することはありません**ので、寝ている間は必ずCPAPを使用して、低酸素状態にならないようにしましょう！

また、緑内障は早期発見、早期治療開始が非常に重要な病気です。気になる症状があれば早めの眼科受診をお勧めします。

裏面に簡易チェックシートがありますので是非チェックしてみてください。



☆年末年始のお休み☆



H28年12月29日(木)~H29年1月3日(火)
月末は混み合うことが予測されます。

できるだけ**月初め~20日**の

ご受診をお願い致します。

【視野チェック】



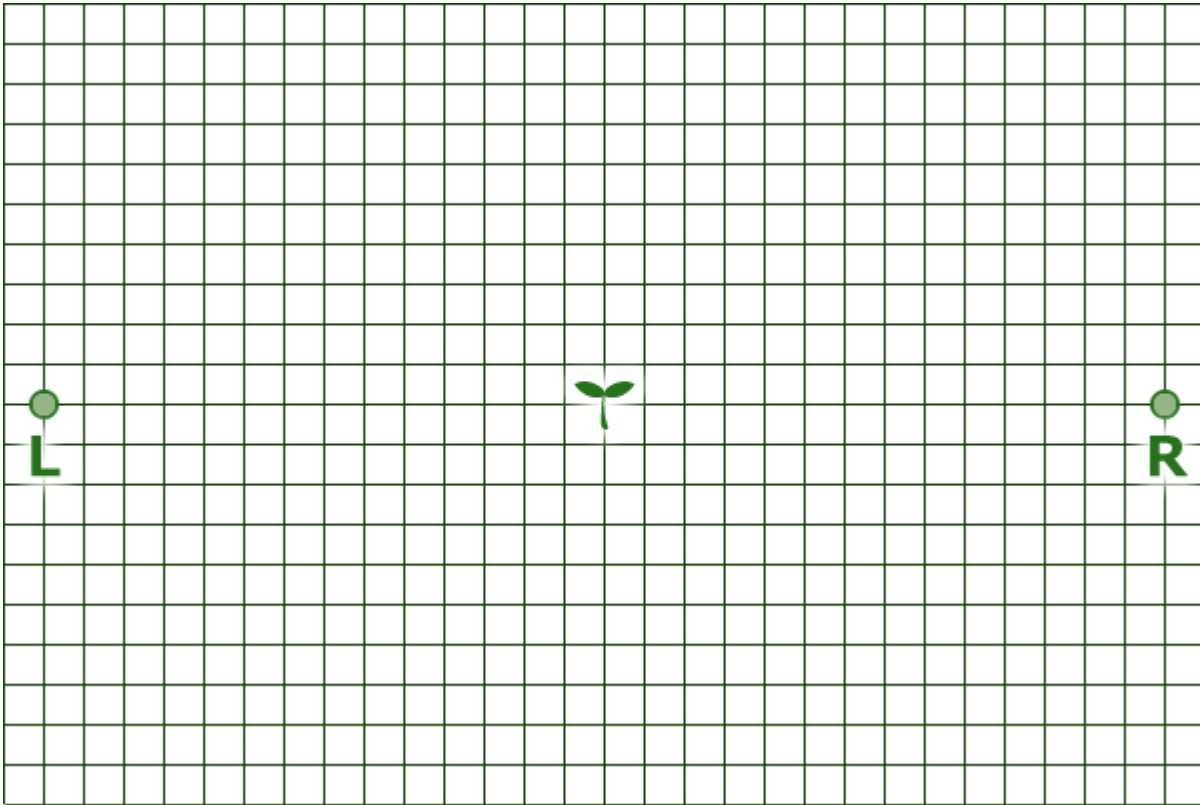
片目をつむり、

正面の約30センチの位置から中心の双葉を固視してください。

要注意症状： ✓ 視野に欠けたところがある ✓ 一部分が暗く見える ✓ 升目が歪んで見える

などの症状があれば要注意！**早急に専門医の診察をお受けください。**

尚、右目で見た場合にR点、左眼で見た場合にL点の付近が見えなくなるのは、「マリオット盲点」という生理的暗点ですから心配ありません。



※自己チェックはあくまでも目安です。このチェック結果がすべてではありません。

最終的には、必ず専門病院を受診しましょう。