

# とらのもん



第11号  
平成16年6月

<http://www.toranomon.gr.jp>

皆さまに  
医学情報、病院の情報等  
をお届けします。

睡眠時無呼吸症候群  
(SAS) は簡単に治せる  
脳卒中の新しい治療



「さいたま診療所」  
さいたま新都心 (平成12月6月開院)

## < お知らせ >

6月19日 **公開講座**(本院)「脳卒中の新しい治療 - 脳血管内治療 - 」  
14:00 ~ 15:30 脳血管内治療科部長 根本 繁

入場無料

# 睡眠時無呼吸症候群（SAS）は簡単に治せる

睡眠センター長 成井 浩司

## <誰でもなる誰でも治る>

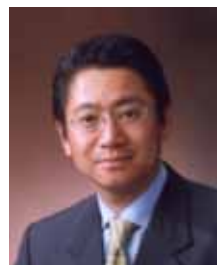
山陽新幹線運転手の居眠り問題の原因が、睡眠時無呼吸症候群（SAS）によるものだったという報道は記憶に新しいと思います。この病気が注目されるようになったことは、睡眠障害をもつ人はもちろん、社会的にも意義のあることでした。単に一個人の病気というレベルにとどまらず、他に睡眠障害の人がいないかなど、職場全体の労務管理という面でも考えていただきたい問題です。

専門家の間ではSASも含めた睡眠障害が重大事故の引き金になる危険性は、以前から指摘されてきました。重症の患者さんが交通事故を起こす確率は健常者の3倍。産業事故や医療事故の半数以上は眠気による過失が原因です。自動制御装置のない電車や高速道路で同様のことが起こった事態を想像するとぞっとします。その意味で先日の新幹線トラブルはSASの警鐘という格好の機会となりました。

## <SASにかかりやすい人>

SASのいちばんわかりやすい症状はイビキの有無です。「イビキはヘルスマーター」だと思ってください。ただ、すべてのイビキが悪いわけではありません。寝入りばな、疲れたとき、お酒を飲んだときなどに出る軽いイビキは、それほど心配ではありません。問題なのは、どこかに引っかかるような「カッ!!」「ンガッ!!」というイビキです。

仰向けに寝るとイビキの音が大きくなる人も、可能性が高いといえます。イビキは、空気を肺に送り込む気道が狭くなり、ふさがれるために起こります。多くは肥満が原因ですが、日本人は太ってなくてもイビキをかきやすく、それは顔の形からくるものです。扁平顔、顔の大きさに比べてアゴが小さい、舌の形などが原因で、細面のいわゆる弥生顔の人は、SASになりやすい骨格なので、注意してください。「10秒以上続く呼吸停止が、1時間に5回以上」をSASとするのが国際的な診断基準で、20回を超えると治療となります。



## <SASの具体的な症状>

疑うべき症状としては具体的に以下の通りです。

- 睡眠中に呼吸が止まる  
(7時間の睡眠中に  
10秒以上の停止が30回以上)
- 大きないびき
- 夜中にしょっちゅう目が覚める
- 日中に強い眠気に襲われる
- 起床時に快眠感がない
- 集中力が低下している
- 性的機能低下
- 抑うつ

また、SASの合併症として高血圧、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こす危険があります。SASを治すことは、生活習慣病対策の有効な手段にもなります。健康管理の一環として治療を考えていただければよいかと思えます。日本では中高年の男女を中心に200万人がSASだといわれていますが、治療を受けているのはまだわずか約5万人にすぎません。

### < 簡単な治療法で驚くほど

#### 効果が表れます >

SASの診断は睡眠ポリグラフ検査(PSG)を行います。診療は日中の眠気に関する問診から始まり、その夜は自宅でセンサーをつけるか、あるいは一泊入院していただき、寝ている間の呼吸状態をチェックします。一晩、計測器を体に取り付けてデータをとって、睡眠の内容を解析。正しいデータをとるためにはできるだけ普段と同じように過ごしていただくことが望ましいので、お酒を飲む人は、いつものようにお酒も飲んでから検査に入っていただきます。そして診断後、もう一度、今度は最適の治療法を得るためのデータをとります。

SASと診断されると、N-CPAP治療(鼻シ PAP治療、経鼻的持続陽圧呼吸療法)を行います。N-CPAPは、手軽で非常に効果が高く、治療を始めたその日から健常者同様の睡眠がとれるようになる治療法です。鼻マスクをつけていただき、適正な治療圧で鼻から空気を送り込み、ふさがっていた気道を広げ、自然に鼻で呼吸する習慣をつけます。当院では月一度の通院をしていただくことをお約束

いただき、治療器のレンタルをしております。旅行や出張に持ち運びも可能です。外来治療は健康保険がきき、患者の自己負担は月5000円程度(治療内容により異なります)です。

はじめは鼻マスクに違和感をもたれた患者さんでも一ヶ月もすると慣れ、深い眠りの大切さを実感していらっしやいます。

< 文献紹介 >

「いびきと眠気にご注意!

睡眠時無呼吸症候群のすべて」

(三省堂) 成井 浩司 著

### 睡眠時無呼吸症候群 (SAS) 外来

【 受付 】 初診受付

【 曜日 】 初診)月曜 午前  
再診)火曜 午後  
木曜 午前  
金曜 午後

【 担当医師 】  
睡眠センター  
センター長 成井 浩司



睡眠センタースタッフ

### < 脳卒中 >

脳卒中はかつて我が国の死亡原因の第1位でしたが、高血圧治療と脳神経外科手術の普及により脳卒中で死亡する患者さんの数が減り、ガン、心筋梗塞について第3位になりました。しかし、脳卒中にかかる患者さんの数は依然として多く、生活習慣病の中で最も多い病気のひとつであることには変わりありません。脳卒中になった場合に、早期治療とリハビリにより社会復帰する患者さんは多くいますが、重い後遺症が残ったり、死亡する場合も稀ではありません。予防が重要であると考えられ、脳ドックが注目を浴びるようになりました。

### < 脳動脈瘤 >

クモ膜下出血は脳動脈瘤が破裂して起こったもので、突然激しい頭痛と吐き気に襲われます。放置すると生命に危険を及ぼすため、緊急手術を行います。治療しても重い後遺症が残ることがある、恐ろしい病気です。破裂する前に発見された、未破裂の動脈瘤が、放置しておいた場合に破裂する危険性がどれくらいなのかは正確には分かっていません。最近では、今まで考えられていた程危険ではないということが分かってきました。脳ドックで

発見された脳動脈瘤の多くは、破裂する危険性はそれほど高くないので心配することはありません。破裂する危険性が高いと思われる動脈瘤は、予防的に治療を行います。



### < 脳血管内手術

(血管内治療、塞栓術) >

脳神経外科では手術用の顕微鏡を用いて脳動脈瘤を手術し、後遺症を残さずに治療することが可能なまでに進歩しています。ところが開頭手術では治療が困難な動脈瘤もあります。脳血管内治療では、足の付け根のところにある血管にカテーテルと呼ばれる細いチューブを挿入し、それを奥に進めて先端の部分を血管の中を通して脳動脈瘤の内部にまで到達させます。次にそのカテーテルの中からプラチナのコイル(柔らかい糸状のもの)を動脈瘤内に送り込み、糸球のように丸めて動脈瘤の中から栓をして塞いでしまう方法です。血管内治療は血管の中から治療する新しい治療方法です。頭を開けることなく、脳にも触れずに治療することが可能なため、治療の翌日から歩いて食事もでき、約一週間で退院し、退院後すぐに仕事もできます。

一般には、脳動脈瘤で開頭手術が困難な場合に血管内治療を行います。順調に経過した場合には、「切らずに治る、まさに夢の治療」ですが、重い後遺症を残したり、生命に危険が及ぶこともあります。動脈瘤のできる場所と動脈瘤の形によっては、開頭手術の方が良い場合もあるし、血管内治療の方が良い場合もあります。一見簡単に思える治療方法ですが、開頭術以上に経験と熟練を要する治療方法なので、一人一人の患者さんにとって、開頭手術と比べてどちらの方が安全で有効なのかを慎重に検討する必要があります。

< その他の脳の病気に対する  
血管内治療 >

### 頸動脈狭窄症

動脈硬化のために脳に血液を送る動脈の中が狭くなると、脳への血液の量が減って脳梗塞を起こす危険が高くなります。特に首の部分の動脈（頸動脈）が狭くなっている場合には、脳梗塞を予防するためには内膜剝離術という手術を行って、動脈硬化を起こした部分を切り取り、脳の血液の流れを良くすることができます。この治療を受けた後に、再び動脈が狭くなった場合に同じ手術を行うのは難しいので、血管内治療（血管形成術）を行います。風船のついたカテーテルと呼ばれる細いチューブを通して狭くなった血管を一旦広げ、さらに形状記憶合金でできた金属性の筒（ステントと

呼びます）を動脈の中に挿入して血管の中から広げます。ステントを用いた血管拡張術（血管形成術）は、手術後に再発した場合だけでなく、手術では治療が困難な場合に手術に代わって行います。血管形成術は全身麻酔を必要としないので、高齢者や全身麻酔に耐えられない患者さんにも行われます。

### 脳塞栓症

脳動脈が閉塞して脳に血液が流れなくなると脳細胞は死んでしまいますが、血液が流れなくなってから早い時期に血液の流れが再開すれば脳細胞が回復する可能性があります。心臓の病気のために心臓でできた血液の塊（血栓）が飛んでいって脳の動脈を閉塞すると、手足が麻痺したり言葉がしゃべれなくなったりします。この病気は脳梗塞のなかでも脳塞栓症（そくせんしょう）と呼ばれる突然症状が出現するものです。症状が出現してから3時間以内であれば、カテーテルという細いチューブを脳の動脈の閉塞した部位に到達させ、血栓を溶かす薬剤を直接注入して動脈を再開通させることが可能です。この治療で劇的に改善した患者さんがいる一方、病状が悪化する患者さんもいます。症状が出現した後、直ちに救急車で搬送し、適切な診断と治療を迅速に行う、脳梗塞の救急医療が可能な脳卒中センターが必要です。\*詳細は 6/19 の公開講座にてお話しします。

## 蛇使い座の物語

**ギリシア**神話のなかの“アスクレピオス”。この神様は医学の神で、オリンポス十二神の一人、太陽の神アポロの子どもです。エネルギー溢れるアポロはたくさんの女性や美少年に恋をします。有名な相手は美少年ヒュアキントスと美しい乙女コロニス。ヒュアキントスは突然の事故で亡くなり、遺骸から可憐な花を咲かせ、後にヒヤシンスと名づけられました。美しいコロニスはアスクレピオスの実母となる乙女です。コロニスに恋をしたアポロは、彼女を見張らせるために黄金色に輝く羽を持つ美しいカラスをつけました。当時カラスは黄金色に輝く羽を持つ美しい鳥だったようです。

**や**がてコロニスはアポロの子どもを宿します。それを知った彼女の父親は相手が神であるアポロだとは信じず、大慌てで親戚の青年と結婚させてしまいます。結婚式当日、カラスは急いでアポロのところへ飛びました。アポロはコロニスの結婚話を聞くや激怒し、火を放って、カラスの自慢にしていた金色の羽を熱で焼いてしまいました。以来、真っ黒な羽になってしまいました。アポロの怒りは花婿や父親ばかりか、コロニスにも向けられます。愛するコロニスはアポロの双子の妹、月の女神アルテミスの手によって殺されてしまいます。しかしお腹の子は紛れもなく、自分の子どもです。アポロは密かに帝王切開で子どもを取り上げ、犬と蛇をつき添わせ、森の奥深くに潜む半人半馬の神の一種族ケンタウロス族のもとに送り、第一の知恵者といわれたケイロンに教育を頼みます。“アスクレピオス”と名づけられたその子は、木の実や草の持つ不思議な薬効を学び医者となりました。

**彼**の医者としての名声はいつしか世に広まり、勉強を続けた彼はついに死者までを



アスクレピオス像

ギリシア  
エピダウロス博物館蔵

も生き返らせるほどの腕となりました。ところが彼があまりに何度も死者を甦らせたため、あの世の国へ行く死者がいなくなってしまうました。あの世の国王ハーデスは怒りを覚え、全ての神々の王ゼウスに、「アスクレピオスは神の権威を失墜させている」と訴え出ます。ゼウスはこの願いを聞き入れ、雷によってアスクレピオスを殺してしまいます。アポロはゼウスの息子、つまりアスクレピオスはゼウスの孫にあたります。息子の処刑を知った父アポロはゼウスの元へ駆けつけ、懸命に息子の弁明をすると、ゼウスもやり過ぎたと後悔し、彼を蛇と共に天に上げて星座にしてやりました。夏の夜、南の空にひときわ赤く輝くさそり座のアンタレス。そのすぐ横に見られるちょうど将棋の駒を横向きにしたような形の「蛇使い座」がそれです。

**ア**スクレピオスはいつも杖を持ち、その杖には蛇が巻き付いていたといわれます。ここからこの杖のことを“アスクレピオスの杖”と呼ぶようになり、いつしか医学のシンボルにまでなりました。医神と崇められたのはアスクレピオスだけではありません。長男マカオンは外科の、次男ボダイレイオスは内科の、長女ヒュゲイアは健康の女神として英語の衛生学の起源となり、次女パナケアは薬の女神として万能薬の名前に残りました。まさに彼の家族は医学の神様一家となったのです。

参考「面白医話」 澤田裕介 文責 有賀沙織

本院 専門外来別 内科外来医師診療表

2003年 6月

は一般外来診療日

		月曜		火曜		水曜		木曜		金曜	
		AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
		血液	上山 久住	湯地 宮腰 守永 2.4 上山	谷口 守永		松村 久住		武藤	松村 宮腰 (SCT)	谷口 松崎 (指定の方のみ) 米山 守永 2.4 湯地 塚田 川越
内分泌代謝科	野田 中西 (幸) 山下 (滋)	大久保	野田 1.3.5 中西 (幸) 山下 (滋) 濱本 2.4 早川明 2.4	石渡	山下 3 休 中西 (幸) 3 AP外来 小田原 4   佐久間 1.3.5 濱本	大久保 4休 痛風外来	野田 村勢 杉本	中西 (幸) 山下 (滋)		小林 (哲) 2.4指定の方	
内分泌	田口 1.3 宮川	澤野	竹内靖 田口 小澤	小澤 竹下 3・休 骨代謝 3		田口	澤野	竹下 1.3.5	竹内 (靖) 小谷野 3	竹下	
呼吸器	吉村 (邦) 坪井 成井 本間 岸	成井 (SAS)		本間 川畑 岸 中谷 坂本 成井 (SAS)		吉村 (邦) 川畑 坂本 坪井 中田		吉村 (邦) 川畑 坂本 坪井 本間 2休 森永 柳澤 田村 2.4 成井 (SAS)	禁煙外来 (予約制) 安齋		成井 (3のみSAS) 大津 1.3
消化器科	胃腸	飯塚 橋本		星原 2.4 布袋屋 1.3 志田 2.4			布袋屋 志田		星原 山本 (敬) 四十坊 1.3.5	飯塚	
	胆肝臓	竹内 (和) 平良		奥田 2.4 長島 今村 1.3.5			竹内 (和) 奥田 (隔週) 櫻井 長島 今村 (隔週) 中島 1.3.5	高良	奥田 2.4 平良	今村 中島	
	肝臓	荒瀬 染谷	熊田 池田 1.3.5 鈴木 (義) 鈴木 (文)	小林 (正)	鈴木 (文) 芥田	熊田 荒瀬 池田 保坂 染谷 小林正 2.4 村島	熊田 池田 保坂		熊田 2.4 指定の方	斎藤 (聡)	斎藤 (聡) 鯉田 荒瀬 1.2.4 鈴木 (義)
神経内科		椎尾 1.3.5	高木 (昭) 矢島 野沢	野沢 早川 (幹)	中瀬 井田 矢島	渡辺 吉村 (ま) 金坂 1.3	高木 (昭)	椎尾	中瀬 井田 早川 (幹)		
循環器センター	循環器内科	弓野	石綿 前原 藤本 2.4	西山	百村 中西 (成) 世古 鴨井 柳下 三谷 山本 (貴)	鴨井	百村 2.4 藤本 2.4	中西 (成) 石綿 *近藤 1休	百村 石綿 矢崎 関頭		西山 前原 藤本 山本貴 世古 小宮山 1.3.5 小俣 4 関頭
	外科			田中 (慶)	1休				針谷 1休 成瀬 2.3.4	ASO外来 2.4	
腎センター	腎内	高市	原 香取 小椋 鈴木 (好) 諏訪部	原 竹本	乳原 澤	香取 辻 1.3.5	星野	原 横田 (雅) 孫 (隔週) 中西昌 (隔週)	田上	星野 2.4	乳原 竹本 澤
	腎外			大坪 1.3.5 富川						中村	
	リウマチ		星野		原						乳原
精神	松浪 牛尾	西村 小山田	滝村 柴山	松浪 上瀬	滝村 栗原	斎尾 山崎 (信)	金村 山下 (喜)	松浪 江副	小山田 熊崎 関 (直)	滝村 伊藤	

\* 医師名のあとの数字 (例: 守永2.4は第2.4が外来日) (山下3休 は第3が休診)  
 \* 睡眠時無呼吸症候群で呼吸器 成井医師に受診を希望される場合は月曜AMの外来にお越しください。  
 \* 休診となる場合がございます。来院前に各科外来に電話連絡等、ご確認をお願いします。

## = 初診受付時間 =

初診時より効果的な診療ができますよう、出来ましたら他病院からの  
紹介状をご持参ください。

### 本 院

### 分 院

内 科	8:30 ~ 10:30
小 児 科	8:30 ~ 11:00
皮 膚 科	8:30 ~ 10:30
麻 酔 科	14:00 - 15:30 (水曜日は除く)
外 科	8:30 ~ 11:00
脳 外 科	8:30 ~ 11:00
整形(形成)	8:30 ~ 10:30
産婦人科	8:30 ~ 11:00
泌尿器科	8:30 ~ 10:30 12:30 ~ 14:00 (但し、木曜日の午後は除く)
耳鼻咽喉科	8:30 ~ 10:30
眼 科	8:30 ~ 10:30
歯 科	8:30 ~ 10:30

	午前 8:30 ~ 10:30	午後 1:00 ~ 3:30
総合診療内科		×
一般内科	月・火・水・金	火・水・金
呼吸器科	×	第2・4金
消化器科(肝臓)	週により異なる	週により異なる
神経内科	金	月・火・水・木
腎センター(内科)	月・火・水・木	月(第1×)
腎センター(外科)	火・水・金	×
精神科	×	
循環器センター	×	水(第5×)
外科	水・木	火・金
整形外科		週により異なる
小児科	×	月・水・金
泌尿器科	×	月・金
歯科	火・水・金	火・水・金

紹介状をお持ちにならない場合は初診時  
特定療養費本院 5250 円、分院 3150 円を  
お支払いいただきます。

### 虎の門病院 本院

〒105-8470

東京都港区虎ノ門2 - 2 - 2

TEL 03-3588-1111 (代)

### さいたま診療所

〒330-0081

さいたま市中央区新都心2番1

さいたま新都心合同庁舎2号館1階

TEL 048-601-1347

### 虎の門病院 分院

川崎市高津区梶ヶ谷1 - 3 - 1

〒213-8587

田園都市線梶ヶ谷駅より 徒歩 15分

宮崎台駅より バス 5分

TEL 044-877-5111 (代)

#61-0030