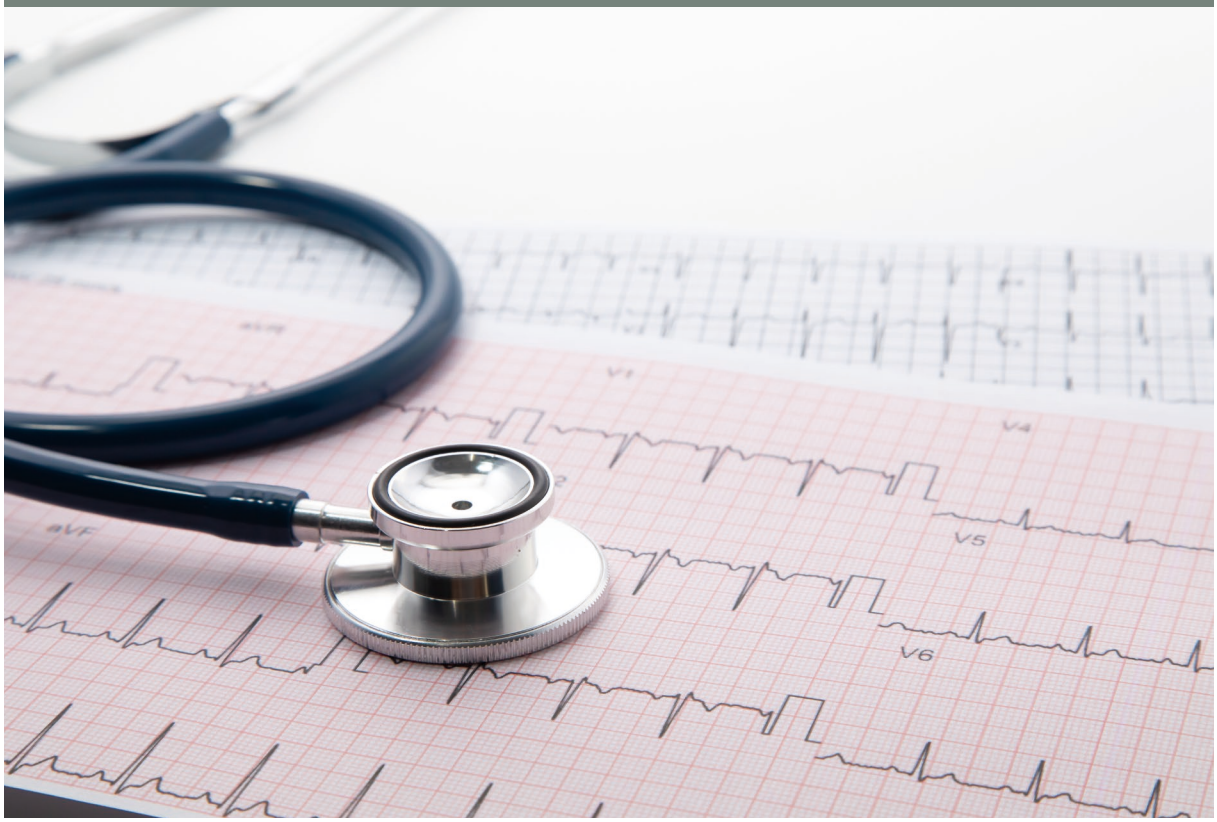
RISE

2025.09 / No. 7
医療法人社団三遠メディメイツ
磐田メイツ睡眠クリニック広報誌

睡眠医療を支える

睡眠医療で人々がハッピーになるように。

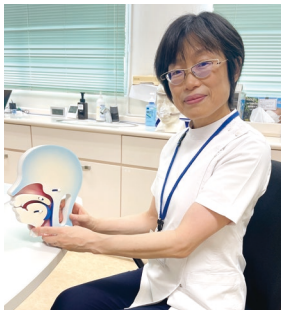


広報誌RISE7号

睡眠医療を支える

睡眠医療で人々が（気持ちのよい目覚め、起床）ハッピーになるように。

ごあいさつ



日本睡眠学会総合専門医
日本循環器学会認定循環器専門医
日本内科学会総合内科専門医
院長 **柴田 理恵**

今年は大変な猛暑となり、快眠には寝室の温度管理が欠かせなかったことと思います。

同様に、冬の寒さに対しても室内の温度管理が大切ですが、それは睡眠への影響のみならず、心疾患や脳卒中を予防する観点からも重要になります。夜間トイレへ行く際や早朝覚醒時などに急に冷気に曝されると、脳卒中や心筋梗塞を発症する恐れが高まるためです。

実は、中等度以上の睡眠時無呼吸症候群（以下SAS）を治療せず放置した場合も、同様に心血管疾患や不整脈、脳卒中のリスクが高まり、突然死のリスクも高くなることをご存じでしょうか。

生活習慣病には高い確率でSASを併存していることが報告されています。逆に、治療をすることでSASによる病状の悪化を防ぐことが可能と考えられます。

実際、私が担当する循環器外来で、SASを疑って検査を受けた患者様のほとんどがSASと判明し、そのうち治療を導入した方々は、心不全や不整脈などの病状が安定し、緊急対応が減り、患者様も喜ばれ治療のモチベーションも維持でき、好循環となっています。

日本人の場合、体型的な特徴や眠気等の訴えがない場合も多く、医療者側が疑って問診や検査をしなければ診断につながらず放置されてしまう懸念があります。

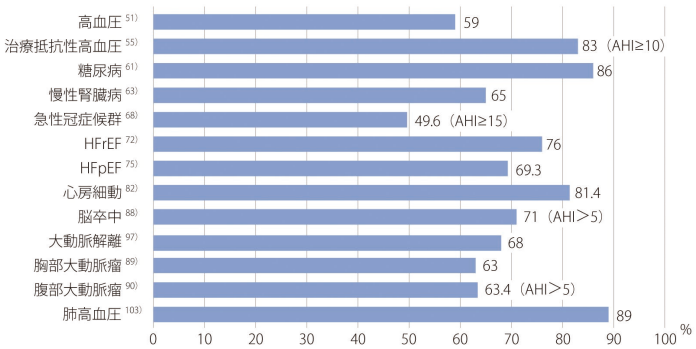
ぜひ関連する疾患をお持ちの患者様に対しては、積極的にSASを疑っていただきたいと思います。

SAS に関わる併存疾患について

本号では、そんなSASと関連する疾患のうち、循環器疾患について特集します。解説していただくのは、当院で月に一度外来診療をご担当いただいている成瀬代士久先生です。

先生は、浜松医科大学循環器内科で講師を務められておられる循環器疾患（特に不整脈）診療のエキスパートであり、SASと関連する研究もされておられ、日本循環器学会の「2023年改訂版 循環器領域における睡眠呼吸障害の診断・治療に関するガイドライン」では、協力員としてもご活躍されています。

本ガイドラインは、SASやSASと関連する疾患についての理解を深めるためにとても参考になると思いますので、ぜひ一度ご覧ください。



各心血管疾患における SDB 合併頻度
（とくに表示のない場合はすべて AHI ≧ 5 の頻度を示す）

※SDB：sleep disordered breathing（睡眠呼吸障害）
※AHI：apnea-hypopnea index（無呼吸低呼吸指数）

日本循環器学会「2023年改訂版 循環器領域における睡眠呼吸障害の診断・治療に関するガイドライン」より引用

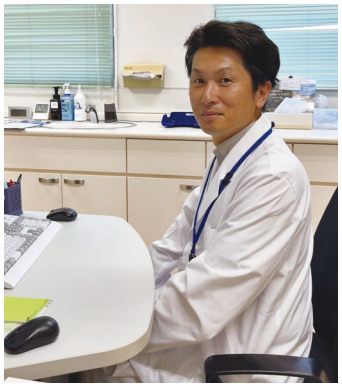
循環器疾患 Part1

SASと循環器疾患のかかわりについて

一般的に日本人におけるSASの有病率は2%程度と言われていますが、循環器疾患を有している患者さんにおけるSASの合併率はそれより遥かに多いことが報告されています。具体的には高血圧患者さんでは59%、心筋梗塞で50%、心不全では76%、心房細動では81%、脳卒中では71%となります。

これは、本来睡眠により体力を回復し内臓を休ませるわけですが、SASがあると睡眠中に無呼吸で酸欠状態となり、そのたびに心臓や血管に負担がかかるため、高血圧や心不全、心房細動を発症しやすくなると考えられています。

つまりSASが原因で循環器疾患が結果となります。



日本内科学会認定内科医
日本循環器学会認定循環器専門医
日本不整脈心電学会不整脈専門医
日本心血管インターベンション治療学会
認定医植え込み型除細動器/ペーシング
による心不全治療合同研修セミナー修了

医学博士 **成瀬 代士久**

主な症状

- 胸痛（圧迫感、締め付けられる感じ）
- 動悸（脈が速い・遅い・乱れる、不快な心拍）
- 息切れ・呼吸困難
- むくみ（主に手足や顔）
- めまい・ふらつき
- 失神・意識消失
- 背中や腕の痛み
- 冷や汗

循環器からのSAS治療の必要性等

SASの症状としては日中の眠気や夜間頻尿などが有名で、これらの症状が改善することでCPAPの治療効果を実感している患者さんも多いです。さらに（実感は得にくいですが）SASを治療することで心臓や血管を守ることが出来、それは命を守ることにつながります。

例えば、降圧剤を内服してもなかなか血圧が下がらない患者さんにSASの検査をすると重症のSASが見つかり、CPAP治療を開始すると血圧がよく下がるようになることもあります。

また、心房細動に対してアブレーションという有力な治療法がありますが、SASを合併している心房細動患者さんはそうでない患者さんに比べてアブレーション後の心房細動再発が多いこと、SASをCPAPで適切に治療をするとアブレーション後の心房細動再発が減ることが知られています。

患者さんと
地域の他医療機関を繋ぐ

9月3日は、「睡眠の日」です。睡眠の日に因んで広報誌を3月と9月に発行して参ります。おかげさまで、広報誌の発行も本誌で7号目となりました。

当院は、地域の他医療機関へ通院されている患者様の睡眠のお悩みにも対応できるクリニックとしての機能も果たすべく、他医療機関との連携、紹介・逆紹介を円滑に行うための取り組みに尽力してまいります。また皆さまからのご意見やお問い合わせに対し、迅速に対応するよう努めてまいります。

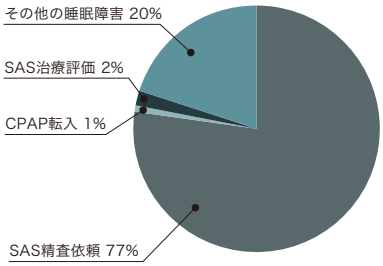
今後もスタッフ一丸となり頑張りますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

睡眠医療部 事務長
相葉 悟美

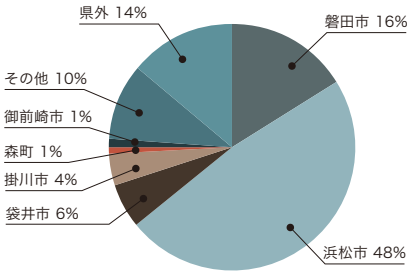
地域医療連携室だよりでは、睡眠時無呼吸症候群『入院検査からCPAP導入、患者様のお戻しの流れ』を掲載しております。

地域医療連携室だより

2025年上半期連携実績



ご紹介内容



ご紹介頂いた医療機関（地域別）

初診患者数：	349名
紹介患者数：	103名
紹介率：	29.5%
医科連携医療機関：	65施設
歯科連携医療機関：	56施設
逆紹介患者数：	191名
逆紹介率：	54.7%

当院のご紹介

- ベッド数：10床
- 全部屋：個室

医療法人社団三遠メディメイツ
磐田メイツ睡眠クリニック
〒438-0815 磐田市中田 648 番地 1（0538-39-0300）