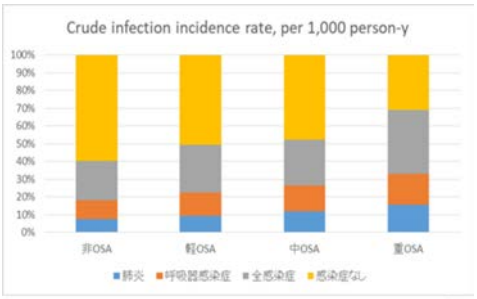
睡眠時無呼吸と誤嚥のリスク

同じ原因で、睡眠時無呼吸症候群と誤嚥性肺炎が併存

睡眠時無呼吸が嚥下を障害することは２０２２年のＳＬＥＥＰに報告されているが、それを実証する疫学調査が２０２３年にＣＨＥＳＴに報告された。この研究は米国のミネソタ大学で行われたもので、１，５８６名の被験者を２０．４年間（中央値）にわたり追跡調査した結果、誤嚥性肺炎の発生率は人年9名、睡眠時無呼吸がない被験者のそれは７．４名、軽症群は９．５名、中等度群は１１．８名、重症群は１５．６名と重症度が高いほどリスクが高くなることが明らかになった。



Lutsey PL et al. CHEST 163#4 2023　改編

さて、前出のＳＬＥＥＰに掲載された論文によれば、睡眠時無呼吸と誤嚥は相互的な因果関係ではなく、同じ舌骨下垂という原因から引き起こされる疾患である。すなわち、睡眠時無呼吸の治療で気道狭窄を改善しても舌骨下垂が改善されない限り誤嚥のリスクが解消されるわけでは無いということである。ご存知の通り、睡眠時無呼吸の二大治療法はＣＰＡＰとマウスピースで、前者は風圧で舌骨をさらに下垂させ、後者は舌骨上筋群を張って舌骨を上昇させる。どちらが誤嚥予防に適しているかは、今後の研究により明らかになるであろう。

	閉塞性睡眠時無呼吸なし 日本人20名	閉塞性睡眠時無呼吸あり 日本人60名
睡眠中の嚥下頻度	4.1 (回/時)	6.6 (回/時)
嚥下失敗率	28.6 (%)	35.8 (%)

Akane Kohno. Sleep. 2022. 改

ぐっすりーぷ

Vol.15No.1
SAS支援会

〒951-8061
新潟市中央区
西堀通5番町
こうの歯科
（担当：河野）
025-226-6050

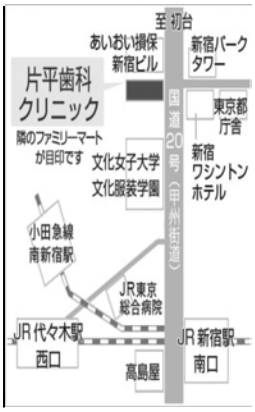
2面　1面
「睡眠時無呼吸症候群と誤嚥リスク」
「須田会長のしょっぺ店の楽しみ方」
「気になる医療ニュース」
「思い出のぐっすりーぷ」

しょっぺ店の楽しみ方４６
「亀田駅前やきとり泰三編」

支援会会長　須田　和行
新潟バーベキュー協会長

昨年暮れ入れなかった亀田駅前のやきとり泰三さんにリベンジに行ってきました。繁盛店なので今回も開店直後を狙って行くと、店頭には店名入りの大きな赤提灯が下がり大きな信楽焼の狸さんが鎮座。早速入店しカウンターの端に陣取ります。

店内はＬ字のカウンターとテーブル席、奥にはお座敷もあって宴会もできるようでなかなかの広さです。まず生ビールと煮込み、そしてレバーを注文すると店内には既に備長炭で焼くやきとりのいい香りが漂って期待感が高まりますね。生で喉を潤しているとプリプリのレバーが到着。口に入れるとふんわりと中でとろけます。煮込みも割合あっさりした味付けでなかなかいいですね。カウンター越しに中を覗くと若いスタッフさんが3人と、ひっきりなしにかかってくる電話応対をしながら大将が忙しそうにやきとりを焼いてます。私の頭は既にやきとりが食べたくてしかたないやきとり脳になっているので、続いてつくね、ヤゲン軟骨、ねぎまを注文して生ビールも進む進む。大きめのお皿にからしと辛味噌がついてくるので、それで味を変えながら柔らかなつくね、コリコリ食感のヤゲン、ふっくらと焼き上がったねぎまを次々とたいらげもう大満足です。お会計を頼んで席を立ったら大将から声をかけられ、お話ししてみたら個人宅のＢＢＱで私の料理を食べたとのこと。世の中狭いですね。そしてこの後近くの渋い居酒屋を発見して飲んでると、後から入ってきた若いお客さんが知人と同級生とわかってビックリ。こういう楽しさがあるからはしご酒はやめられませんね。



医療法人康治会
片平歯科クリニック
www.katahiradental.com/

The Good Sleep Archives (20)

－睡眠時無呼吸症候群の治療を受けている方が運転免許の取得や更新の際に行うこと－

第5巻11号（2014年11月）

ＮＰＯ法人新潟睡眠障害を考える会が新潟県警察本部交通部運転免許センターにお尋ねしました内容を報告します。

「改正道路交通法では、個人が運転免許を更新する際に「質問票」を記載して提出する必要があります。下の図は、その「質問票」の一例ですが、ここで「はい」と回答しても直ちに運転免許を拒否または保留されるものではありません。運転免許の可否は病院からの診断書を参考に判断されます。この質問票に虚偽の記載を行った場合は一年以下の懲役、または３０万円以下の罰金が科せられますので気を付けてください。」とのことです。

病院からの診断書は、規定通り通院していて、必要な検査をお受けの方にはいつでもお書きできますので申し出ください。

質問票の例　次の事項について、該当する□にチェック印をつけて回答してください。

過去5年以内において、病気（病気の治療に伴う症状を含みます。）を原因として、又は原因が明らかではないが、意識を失ったことがある。	□はい □いいえ
過去5年以内において、病気を原因として、身体の全部または一部が、一時的に思いとおりに動かせなくなったことがある。	□はい □いいえ
過去5年以内において、充分な睡眠時間をとっているにもかかわらず、日中、活動している最中に眠りこんでしまった回数が、週3回以上となったことがある。	□はい □いいえ
過去1年以内において、次のいずれかに該当したことがある。 ・飲酒を繰り返し、絶えず体にアルコールが入っている状態を3日以上続けたことが3回以上ある。 ・病気の治療のため、医師から飲酒をやめるよう助言を受けているにもかかわらず、飲酒したことが3回以上ある。	□はい □いいえ
病気を理由として、医師から、運転免許の取得または運転を控えるよう助言を受けている。	□はい □いいえ

今月の気になる医療ニュース

4460 失神では肺塞栓のスクリーニングを積極的に追加する
4461 足趾の診かた――先天的な足趾の変形
4462 見逃してはいけないめまい患者の危険なサイン
4463 30分以上心肺停止している患者に、院長が挿管した理由
4464 妊娠期の農薬グルホシネート曝露が生まれた子の脳発達に影響
4465 片頭痛の慢性化予防
4466 うつ病と発達障害の増加は衛生仮説/旧友仮説で説明できる
4467 アルツハイマー型認知症治療薬の功罪―コリンエステラーゼ阻害薬
4468 血圧変動は脳や心臓に悪影響を及ぼす？
4469 ADHD治療薬の長期使用で心血管疾患リスク上昇
4470 メトホルミン中止と認知症発症率は関連するか？
4471 アルツハイマー病とヘルペスの関係とは？
4472 成人スチル病発症と新型コロナワクチンの関係と臨床的特徴
4473 糖尿病薬メトホルミンが、「脳小血管病」に有効と判明
4474 高齢患者の長期療養施設への退院リスク、認知機能やADL低下
4475 メニエール病で2つの異なる患者群が明らかに
4476 その人、ホントに発達障害？
4477 鼻出血に対する漢方薬の使い方
4478 認知症リスクに個別化マルチドメイン介入が有効
4479 その市販薬、本当に効果ある？
4480 トミー・ジョン手術とハイブリッド手術の違い
4481 減量による前糖尿病の寛解は2型糖尿病のリスク低下につながる
4482 アルツハイマー型認知症治療薬の功罪―コリンエステラーゼ阻害薬
4483 重篤小児のSpO2目標値88-92%で有意に転帰改善
4484 ASに対する非侵襲的超音波治療はTAVIに続く新たな革新
4485 不眠症に対する漢方薬の使い方
4486 年末年始に備える「窒息」対応
4487 大地震の被災地で急性期以降はどのような医療援助が必要
4488 システマティックレビューで見るレッドライト治療の近視への有効性
4489 アスピリンの投与は朝に行うべきか？ 夕方に行うべきか？
4490 第2選択薬の非インスリン抗糖尿病薬、先天奇形増やさず
4491 経尿道的前立腺手術後の過活動弱脱に対する薬物療法、ミラベ
4492 口内炎・舌炎に対する漢方薬の使い方

編集後記

令和6年能登半島地震に被災された多くの方々にお悔やみ申し上げます。また、避難所で不自由な生活をされいらっしゃる方に心より応援申し上げます。

被災地での誤嚥性肺炎の予防が大問題です。医療者が多い大都市が必ずしも救命率が高くないことを新型コロナで学びました（本紙１４巻２号）。誤嚥予防のためには、誤嚥を誘発する睡眠薬や咳止めを不用意に投薬しないということも考えて欲しい。（河）

本紙のホームページを立ち上げました

http://sleptwell.jp

① 睡眠時無呼吸症候群を取り巻く病気（バックナンバー）
② コミック『いびき症三兄弟』（バックナンバー）
③ 気になる医療ニュース
④ 睡眠に関する耳より情報や豆知識
⑤ 日本睡眠学会認定機関の紹介
⑥ 睡眠障害自動診断

こばやし内科
すいみん医科歯科センター　医科本部
内科・歯科
小林義昭
河野正己
中央区紫竹山6
025-246-5600

こうの歯科
すいみん医科歯科センター　歯科本部
歯科・口腔外科
河野美砂子
河野　茜
中央区西堀通５
025-226-6050

古町心療クリニック
すいみん医科歯科グループ
心療内科・精神科
村竹辰之
中央区西堀前６
025-224-7771

http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp