

さわやかCPAP便



第 13 号

医療法人社団

大竹内科呼吸器科医院

H20年09月 不定期発行

ようやく9月、秋に突入です！しかしまだまだ暑い日もあるようです、朝晩の気温の差が大きいので体調管理に注意しましょう。また、今がCPAPの使用しやすい季節No.1です！快適な睡眠で健康に元気な毎日を送りましょう。行楽の秋ですね。芋煮会もありますし、食べ過ぎ・飲み過ぎには気をつけましょう。

今回は **CPAP** についてです！

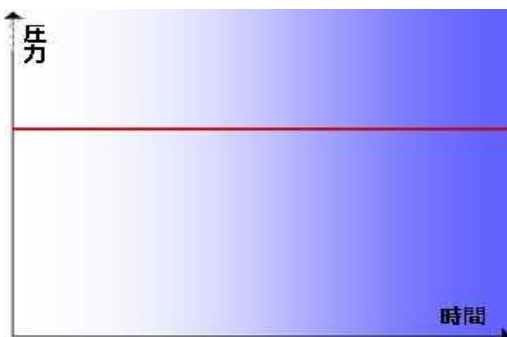
CPAPは、鼻マスクを介して加圧した空気を送り込み、閉塞した気道を広げて無呼吸を改善する機械です。呼吸が安定することにより**熟睡感**が得られるだけでなく、酸素濃度不足も改善するため**高血圧や不整脈**などの症状も軽減することができます。

あなたは検査で何秒間無呼吸になっていたか覚えていますか？それを改善してくれる素晴らしい機械です！



CPAPには2種類のタイプがあります。**固定圧CPAP**と**オート(自動調圧)CPAP**の2種類です。

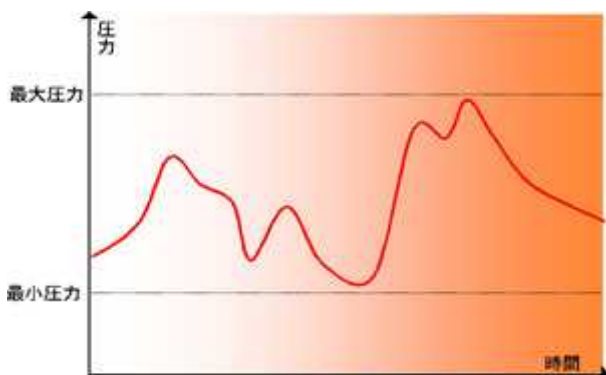
固定圧CPAPとは



1 晩中同じ圧力をかけ気道を広げる設定です。必要な圧はCPAP装着での入院(2回目の)検査で判明しています。就寝から起床までほぼずっと無呼吸や低呼吸、またはいびきがおきてしまう方や、オートでは圧の変化が大きいため中途覚醒がおきてしまう方は固定圧がよいでしょう。しかし、呼吸の状態を感知していないためAHIは表示されません。



オート(自動調圧)CPAPとは



気道の閉塞が弱ければ圧は低く、閉塞が強ければ圧は高くと閉塞の度合いに合わせて圧力を変化させる設定です。無呼吸や低呼吸が少なければ圧は上昇しないため使用しやすいと考えられます。体位によってAHIが変わる方やお酒を飲む日と飲まない日がある方等、日によってAHIが変わる方はオートがよいでしょう。しかし、呼吸の状態が機械で感知しにくい方やマスクのもれが多い方は固定圧がよいと考えられます。

* AHI = 1時間あたりの無呼吸低呼吸の回数

みなさんが使用しているCPAPはどちらのタイプでしょうか？どちらもよい面があります。今の設定が合わないと感じる方やなかなか慣れない方、しっかり使用しているのに眠気を感じる方また中途覚醒が繰り返し使用時間が短くなってしまの方は設定を変更してみるのも1つの手段かもしれません。

呼吸の状態や入院検査の結果により設定変更ができない方もいます。**来院時に先生、もしくは技師にご相談ください。**

忘れずに受診しましょう!!

6・7月にCPAP受診についての承諾書を書いていただきありがとうございました。連絡なく受診されない場合レンタル代が**自費**になりますのでご注意ください。