

さわやかCPAP便



第 17 号

医療法人社団

大竹内科呼吸器科医院

H21年05月 不定期発行

さわやかな気候になりました！外で活動する機会も増えると思います。体を動かして脂肪を燃焼させましょう。しかし、もう少しで梅雨にはいります。CPAPのお手入れは大丈夫でしょうか？カビや雑菌が発生したら大変です！ホースやマスクの洗浄を行いましょう。やり方がわからない方はスタッフに聞いてくださいね。

今回は、**逆流性食道炎** についてです。

日本睡眠学会から睡眠時無呼吸症候群患者さんの**約4割**が合併しているという報告がありました！怖い～！しかも、睡眠時無呼吸症候群が重症であればあるほどその罹患率が高くなっているということです。呼吸停止により食道内圧が上昇し胃酸が逆流しやすくなってしまいますからだそうです。

こんな症状はありませんか？

むねやけ

みぞおちから胸の下の方にかけてやけつく・熱くなる不快感。痛みを伴う場合もある。**もっともみられる症状！**



げっぷ・呑酸(どんさん)

口の中まで酸っぱい液がこみあげてくる。



胃もたれ

胃の消化や腸に送りだす働きが弱くなり食べ物がいつまでも胃に残ってしまう。

胸や背中への痛み

食道への刺激が強いと胸にしめつけられるような痛みを感じる。

のどの違和感

飲み込むときにつかえる感じがある。声のかすれがみられる。



咳・気管支炎

逆流した胃酸を吸い込んで咳こんだり気管支が炎症をおこす。夜間の激しい咳や咳が1ヶ月続く場合は注意！



耳の痛み

食道への痛みが時には耳の痛みとして感じられる。

あてはまる症状がある方はご相談ください！

どんな人に起こりやすい？

- 脂肪の多い食事をする人
- 肥満の人
- 背中が曲がっている人
- 高齢である
- ピロリ菌除去治療を受けた人
- 胃の手術を受けた人
- 妊娠している人。

重症になると、炎症がひどくなり食道が狭くなって食物が通らなくなったり、**食道ガン**にすすんだりする場合があります。症状が似ているので、自己判断せず早めに医師に相談してください。お薬で大部分が良くなります。食事や姿勢などの生活習慣(食べてすぐ横になる 等)が密接に関わっていると考えられます。1度、生活習慣の見直しをしてみましょう。

伝言板

月末はかな～り混み合っています。**月初めの受診がおススメです！**

5月26日(火)は午後5時半で受付終了となりますのでご注意ください。