

## いびき・無呼吸治療についての注意点

口腔内装置(スリープスプリント)の健康保険適用には以下の要件があります。

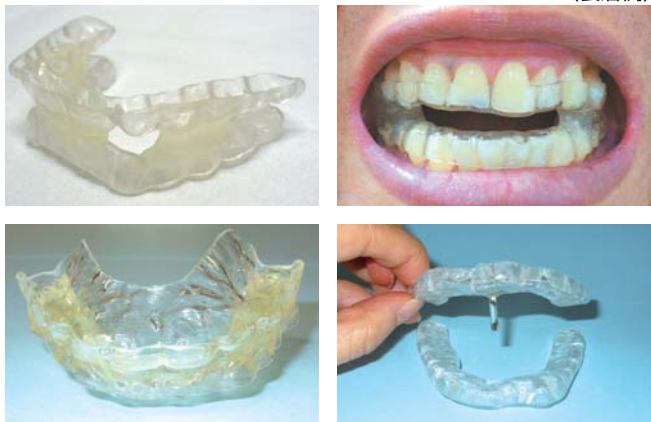
- ✓ 在宅睡眠ポリグラフ検査を受ける
- ✓ 睡眠時無呼吸症候群と診断されること
- ✓ 専門医師の治療依頼(紹介状)があること

口腔内装置(スリープスプリント)の作成には個人に合った装置を作成するために数回の通院が必要になります。(個人差があります)

**費用は1~2万円程度です。**

様々な形のスリープスプリント

〈装着例〉

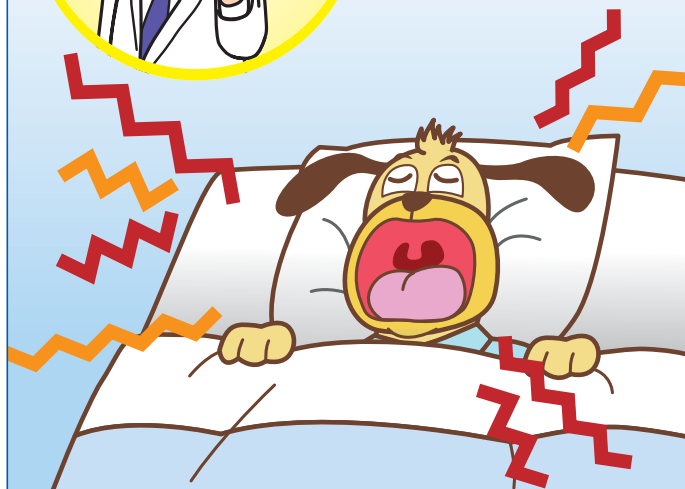


以下のような方には、スリープスプリントによる治療効果は望めません。

- 自歯が少ない人
- アゴの関節に異常がある人
- 鼻づまりなど、鼻呼吸が十分出来ない人
- 扁桃腺肥大が著しい人 など

●当院は口腔内装置による治療を行っています

いびき・無呼吸は  
歯医者さんに  
行ってみよー！



渋谷長寿健康財団 睡眠サポートセンター

監修：明神館クリニック 大田浩右

〒721-0961 広島県福山市明神町2丁目5-22 ☎(084)927-0011

## いびきのメカニズム

いびきをかく人、かかない人がいます。日によっていびきをかいたり、かかなかったりします。いびきは何故起こるのでしょうか？

いびきのメカニズムは、鼻から喉にかけての空気の通り道である「上気道」が何らかの理由で狭められることによって起こります。

いびきは睡眠中に起こります。睡眠中の仰向け姿勢の際、自然に軟口蓋や舌根が喉の奥に落ち込み、気道が狭くなるうえに、睡眠中は体の緊張が緩むので、舌や喉の筋肉がたるみ、気道をふさぎやすくなるのです。



いびきをかきやすい人

太っている

あごが小さい

扁桃腺肥大



のどちんこが低い、大きい

鼻に病気がある

## いびきは怖い

### 【いびきは身体にいいことなし】

いびきをかくことは、呼吸が障害されていることです。長く放置しておくとも**血中の酸素濃度が下がり**、身体に様々な悪い影響を及ぼします。

例えば・・・

足りない酸素を増やすために  
血圧が上がります。

そうすると

心臓や脳にダメージを与え

**高血圧症**

**脳卒中**や  
**心筋梗塞**の  
原因となる



**突然死**にも  
つながる!

### 【いびきは社会生活にもいいことなし】

睡眠中、いびきにより低呼吸・無呼吸が起こっています。**呼吸が止まると脳波上に中途覚醒が起こり**、十分な睡眠が取れません。

すると・・・

日中に**記憶力**や**判断力**が**低下**

そうすると

**仕事**や**勉強**に差し障る

そうすると

**日中の眠気**が原因で  
**重大な事故**につながる  
**危険もある**

