

お口の健康

第38回 スリープスプリント



湯沢市・雄勝郡
歯科医師会

ホームページ：
<http://www.yutopia.or.jp/~yoda/>

寝ている時いびきが大きく、いびきの途中で呼吸が止まる（10秒以上）ことを1時間に5回以上繰り返すものを睡眠時無呼吸症候群といいます。その治療用装置の一つがスリープスプリントです。

睡眠時無呼吸症候群では、無呼吸が繰り返し起こるため、寝ている状態でも脳が目覚め眠りが浅くなり熟睡することができません。そのため朝の目覚めが悪かったり、昼間の著しい眠気に見舞われます。日中の過剰な眠気の発生は注意力・認知力・記憶力の障害になり交通事故や労働災害の原因にもなりえます。また、無呼吸では酸素の取込みが不足し二酸化炭素が滞ることになります。酸欠状態になるので脳血管障害、不整脈、狭心症、心筋梗塞などの疾患を引き起こすリスクが高くなります。

原因は咽頭部など上気道の閉塞によるものがほとんどで、睡眠中は筋肉がゆるむので舌が喉の奥に下がり気道を圧迫閉塞します。その他、呼吸中枢の障害が原因の場合もあります。一般的には肥満傾向の方は喉周りの脂肪沈着により気道が狭くなっているため、発生しやすいそうです。

睡眠時無呼吸症候群の治療は、睡眠時に狭く

なった気道をいかに確保するかがポイントになります。スリープスプリントは、歯科的に気道を確保する装置です。睡眠時に下顎が下がり舌が気道を圧迫しないように、予め下顎を前方に固定する装置です。患者さんの歯型に合わせてオーダーメイドで作ります。これで咽頭部が広がり、いびきと無呼吸が解消されます。しかし、総入れ歯をお使いの方やひどい顎関節症の方は使用できません。

スリープスプリントは保険適用ですが、睡眠時無呼吸症候群であるとの確定診断が必要です。まずは耳鼻咽喉科などの医療機関を受診してください。歯科医院で確定診断を下すことはできませんが、ご相談いただければ医療機関に紹介状を書きすることは可能です。確定診断が出て、医科

からの照会によりスリープスプリントが作製可能になります。



スリープスプリント
上下顎に装着し、無呼吸が出ない位置で固定します。