



# 日比谷歯科新聞～55号

9月です～ お盆休みが終わるとあっという間です。今回は日比谷歯科医院でも治療が可能になりました『睡眠時無呼吸症候群』についてお話をしていきます～ まずは・・・

**SAS（睡眠時無呼吸症候群）セルフチェック！！！！**

※以下の7つの質問にすべてお答えください（あてはまる項目の点数を合計して下さい）

質問	点数
1 しょっちゅう（常習的に）いびきをかく	1.5
2 肥満傾向がある	1.5
3 高血圧がある（高血圧の薬を飲んでいる）	1.5
4 昼間の眠気・居眠りで困ることがある （工作中・会議中・運転中など）	1.5
5 寝つきは悪いないが、夜間の眠りが浅い またはしばしば目が覚める （トイレで目が覚める場合も含む）	1.0
6 いくら寝ても朝疲れが取れていない感じ がする、もしくは朝しばしば頭痛がする	1.0
7 お酒を飲んでいない日でも夜間寝ている 時に息が止まる日がある	3.0

合計が**3.0**点以上の方は睡眠時無呼吸症候群（SAS）の可能性が高いです。

SAS（睡眠時症候群）が疑われる方は日比谷歯科医院でまず治療が可能か、問診・口腔内診査を受けることができます。

その後、簡易検査（自宅で検査可能）を行い軽度・中程度・重度に症状を判別し、口腔内装置を制作する場合や重度の患者様には連携している医科（耳鼻咽喉科）をご紹介します。

次回もSAS（睡眠時無呼吸症候群）についてお話しします～ Oでした👏