

～我が子の睡眠時無呼吸症候群を見極めるポイント～

睡眠時無呼吸症候群(SAS)は、睡眠中に舌が喉の奥に沈下することにより気道が塞がれ、大きないびきをかき、睡眠中に呼吸が止まったり、止まりかけたりすることです。

睡眠時の状態睡眠

- 寝息が荒い、毎日イビキをかく
- 数秒息が止まる、あえぐような呼吸をする
- 眠りが浅く、ちょっとした刺激で起きる
- 寝相が悪い、口を開けて寝る

起床時の様子

- 寝起きが悪い、起こさないとおきない
- ぼーとしていたり、不機嫌だったりする

日中の様子

- 眠そうだったり、よく昼寝をしたりする
- 注意力が散漫で、落ち着きがない
- 食欲がない、食が細い、食事に時間がかかる
- 車に乗るとすぐ寝てしまう
- (学童期の子は)成績が伸び悩む

成長に関して

- 痩せている。背が低い。きゃしゃな体型

(注)国際睡眠障害分類第2版や、工藤典代教授、杉山剛助教の意見を基に作成