

OCHIS

オムロンと共同研究・調査

SASと高血圧の相関

ヘルスケアネット  
ワーク(OCHIS)  
はオムロンと共同研  
究を行い、睡眠時無  
呼吸症候群(SAS)  
と高血圧の相関につ  
いて調査を行った。

調査は昨年5月か  
ら10月までの間、ト  
ラックドライバー  
(男性)21人の協力  
を得て、手首式血圧  
計とパルスオキシ  
メータを同時装着し  
て、3日間の測定を  
行った。対象者は、  
あらかじめSAS  
スクリーニング検査  
を終了していた、S

AS陽性者10人、S  
AS陰性者11人で各  
SAS判定結果に基  
づき、生活習慣、既  
往歴などを比較、さ  
らに睡眠中の血圧と  
血中酸素濃度・心拍  
数を同時測定し、そ  
の相関を調査した。

有効データとなった  
SAS陽性者7人と  
SAS陰性者7人に  
ついて、血圧比較を  
行った。血圧は就寝  
後睡眠時3回と就寝  
前・起床時の3日間、  
パルスオキシメータ  
は3日分を測定して  
いる。

結果を分析する  
と、SAS陽性者は  
陰性者に比べ、中途  
覚醒が多い、BMI  
が高い、高血圧・糖  
尿病の持病を持つ人  
が多い、睡眠時  
血圧、起床時血  
圧とも高い、飲  
酒習慣者が多  
かった、などの  
特徴が見られ  
た。

また起床時に  
おける血圧比較  
に関する表を見  
ると、SAS陽  
性者は起床時血  
圧が特に高く、

《起床時における血圧比較》

\*赤字は基準値を超えた数値

	SAS陽性 7名 (参考:最高値)	SAS陰性 7名 (参考:最高値)	
収縮期 平均	1日目	132.3 (165)	
	2日目	124.1 (151)	
	3日目	136.4 (167)	
	平均	131.0	
拡張期 平均	1日目	89.0 (118)	
	2日目	83.3 (113)	
	3日目	89.3 (112)	
	平均	87.2	
*参考	平均年齢	42.9歳	41.1歳

循環器疾患において  
注意を要することか  
ら、今後は起床時血  
圧に着目した対応が  
求められる(高血圧  
の基準値は、睡眠時  
血圧 $\geq 85$ )。SAS

陽性者の起床  
時血圧は、収  
縮期(上)、  
拡張期(下)  
とも基準値を  
超えている。  
なお、睡眠  
中の血圧とS  
ASとの関連  
においては、  
本研究では有  
意な関連が見  
られなかつ

が収縮期血圧 $\geq 120$   
または拡張期血圧  
 $\geq 70$ で、就寝前・起  
床時が収縮期血圧 $\geq 135$ または拡張期  
血圧 $\geq 85$ )。SAS

た。SASは無自覚  
な場合も多く、知ら  
ぬ間にリスクを増大  
させる恐ろしい病気  
であることを知って  
おくべきだろう。ま  
た、SAS治療を行  
う場合は病院に頼る  
だけでなく、自身  
で生活習慣を改める  
ことが不可欠だ。運  
動習慣をつける、減  
量に励む、飲酒や喫  
煙を控えるといった  
毎日の積み重ねがS  
ASの改善につな  
がっていくのではな  
いだろうか。  
(木村麻理奈)

た。SASは高血圧、  
さらには動脈硬化や  
心筋梗塞などといっ  
た疾患の原因につ  
ながっていく。何よ  
りもSASは無自覚  
な場合も多く、知ら  
ぬ間にリスクを増大  
させる恐ろしい病気  
であることを知って  
おくべきだろう。ま  
た、SAS治療を行  
う場合は病院に頼る  
だけでなく、自身  
で生活習慣を改める  
ことが不可欠だ。運  
動習慣をつける、減  
量に励む、飲酒や喫  
煙を控えるといった  
毎日の積み重ねがS  
ASの改善につな  
がっていくのではな  
いだろうか。  
(木村麻理奈)