

## 注意することは？

- センサーの取り付けが始まる前までに、寝る準備を整えておいてください。
- センサーの取り付けには時間がかかります。お手洗いは必ず済ませておいてください。
- 整髪料・化粧品類は落としてください。
- スマートフォンやタブレットなど周辺の電気製品は、検査が始まる前に電源を切ってください。



## こんな時は？

- **すぐに眠れない時は……**  
無理に眠ろうとせず、自然に眠くなった時にお休みください。
- **トイレに行きたくなったら……**  
検査中でもトイレに行くことはできます。医療スタッフの指示に従ってください。
- **寝返りを打ってしまったら……**  
あまり気にせず、普段通りの姿勢でお休みください。
- **普段服用している薬は……**  
事前に医療スタッフまでお知らせください。

その他センサー装着部の違和感、不安に思われることなどございましたら、お気軽に医療スタッフまでお尋ねください。

< お問い合わせ先 >

■ 医療機関名

# 検査を受けられる方へ

終夜睡眠ポリグラフィー(PSG)

### 睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは？

睡眠中に何度も呼吸が止まった状態(無呼吸)を繰り返す病気です。この病気の大部分は、睡眠中に気道が閉じてしまう閉塞型というタイプで、多くの場合いびきを伴います。適切な睡眠がとれていないことで日中強い眠気を感じたり、無治療のまま放っておくと生活習慣病を招いたり、悪化させたりするおそれがあります。健康な生活を維持するためには、早期発見、早期治療が大切です。

### 終夜睡眠ポリグラフィー検査とは？

PSG検査とは、眠っている間の睡眠と呼吸の状態を調べる検査です。睡眠中の検査のため、入院の必要がありますが、SASの診断をする上でとても大切な検査です。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

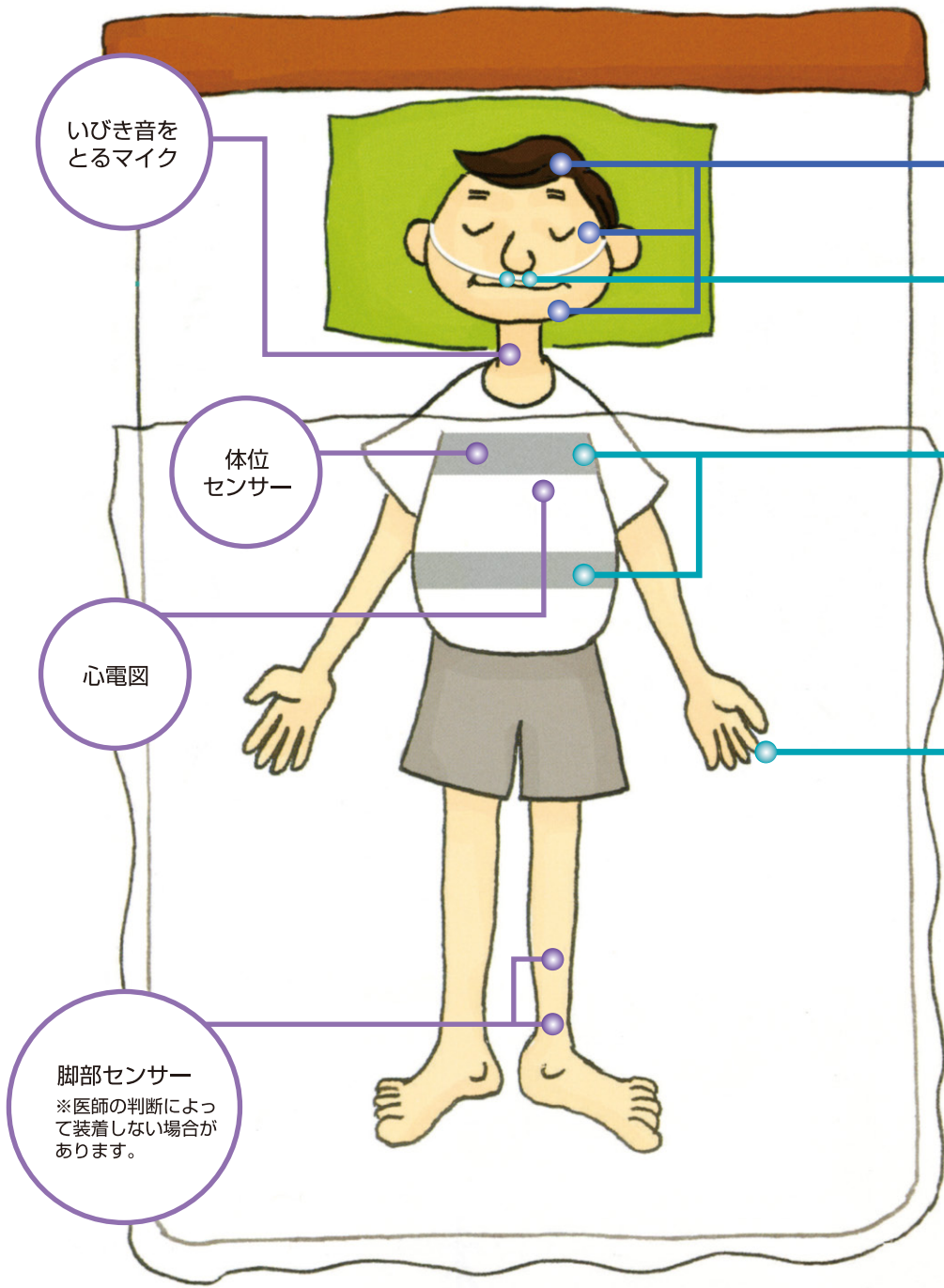


監修：東京天使病院 睡眠呼吸センター長  
高崎 雄司

# どのような検査ですか？

この検査は、主に睡眠時無呼吸症候群 (SAS) を診断するために行われます。

体にさまざまなセンサーをつけて、眠っている間の睡眠と呼吸の状態を調べます。  
少しわずらわしいと感じるかもしれませんが、痛みを伴う検査ではありません。  
安心して検査を受けてください。



検査イメージ図

## 睡眠状態

脳波・目の動き・顎の筋電図により、睡眠の深さや本人が気がつかない脳の目覚め（覚醒反応）を調べて睡眠の質を総合的に評価します。  
呼吸異常によって起きる睡眠障害の有無を診断します。

## 呼吸状態

### 気流センサー

口鼻からの気流を測定し、無呼吸や呼吸が弱くなった状態（低呼吸）が無いかを調べます。1時間あたりの無呼吸/低呼吸の数（無呼吸低呼吸指数：AHI）を算出します。SASの重症度を診断する上で重要な指標です。

### 胸部/腹部センサー

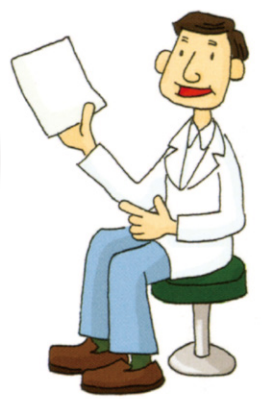
胸部と腹部に巻いたバンドセンサーにより、呼吸による胸腹部の動きを調べます。これにより、空気の通り道である気道が閉じてしまうタイプ（閉塞型）と気道の閉塞なしに呼吸が停止するタイプ（中枢型）の判別が可能です。

### 動脈血酸素飽和度 (SpO<sub>2</sub>)

血液中の酸素濃度の目安を%で表示します。呼吸換気が悪くなると、酸素濃度が下がり、体に悪影響を与えます。換気の指標となる重要な測定項目です。

## 診断

医師が睡眠状態と呼吸状態を総合的に評価し、SASの診断と重症度を判断します。SASと診断され、治療方法を決定する際に再度この検査を行うことがあります。



# なにがわかりますか？