

いびき・歯ぎしり・口臭は**死のサイン**

週刊朝日

9・28

400円

平手友梨奈
(櫻坂46)

2大女王の競演

安室奈美恵
大坂なおみ

老化に負けない

さらば! ほうれい線

相続戦争に発展する!

介護のきょうだい格差

知らぬは本人ばかり いびき・歯さしり・口臭は 死のサイン

女性こそ要注意！ 心臓病、脳卒中、誤嚥性肺炎

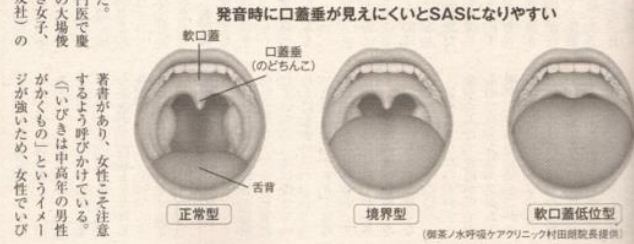
血圧の測定。SASは高血圧の原因にもなる

いびき以外に2つ 当てはまればSASかも！

- 日中、強い眠気がある
- 夜間頻尿が何度もある
- 朝起きたときに頭痛がある
- 起床時に口が乾燥している
- あごが小さく、面長の顔
- 体重が増えた
- 高血圧、糖尿病などの生活習慣病がある

御茶ノ水呼吸ケアクリニックの村田副院長によると、多くは患者がやってくる「いびき」だけでなく、妻が夫を連れてくることも目立つという。だが、最近はそのから意図的な方向に進むケースが増えている。

田院長からいびきの問題などの説明を受けた後、妻を前に呼ぶことには、「お前もな」と、夫婦で検査してみると、「妻のほうが重症だった」といふケースも珍しくない。夫婦の間でもいびきを指摘するものは、引けるもの。前出の男性も、SASの症状の一つである夜間頻尿が目覚めるときに、妻のいびきに気づいた。



著書あり、女性こそ注意する「いびき」は中高年の男性がかかるといわれている。女性に比べて、女性に比べていびきがかかるといわれている。

健常者と比べた SASの人の合併症のリスク

脳卒中	4倍
不整脈	2～4倍
狭心症・心筋梗塞	2～3倍
糖尿病	2～3倍
高血圧症	約2倍

【循環器領域における睡眠呼吸障害の診断・治療に関するガイドライン】などをもとに作成

「睡眠時無呼吸症候群（SAS）」という言葉を聞いたことがあるだろう。「ぐっすり眠れないだけではない」と、考えたい。いびきや歯さしり、口臭は、実は心臓病や脳卒中のリスクを高めるサイン。特に女性に多い。歯さしりや口臭は、歯肉の炎症が原因で、歯肉が腫れ、歯と歯の間に隙間ができて、歯垢が溜まりやすくなる。歯垢が溜まると、歯周病の原因となる。歯周病は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る）の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。歯槽膿漏は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。

「経鼻的持続陽圧呼吸療法」（CPAP（シーパップ））では、気道をふさがないようにマスクを通して空気を送る（御茶ノ水呼吸ケアクリニック提供）



自分では気づきにくいのが、いびきや歯さしり、口臭だ。パートナーの「腫音」や臭いは指摘してもあり、放っておくわけにはいかない。「死の予兆」を察知して、早めに治療したい。

寝ているときに息が止まる。しかも数秒ではない。ひどいケースだと2分近く止まり、体に大きな負担をかける。

「計測できた約4時間半の睡眠時無呼吸症候群（SAS）」という言葉を聞いたことがあるだろう。「ぐっすり眠れないだけではない」と、考えたい。いびきや歯さしり、口臭は、実は心臓病や脳卒中のリスクを高めるサイン。特に女性に多い。歯さしりや口臭は、歯肉の炎症が原因で、歯肉が腫れ、歯と歯の間に隙間ができて、歯垢が溜まりやすくなる。歯垢が溜まると、歯周病の原因となる。歯周病は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る）の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。歯槽膿漏は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。

週刊朝日

高年齢者ホーム 2018

「全国4020施設を独自調査！ 好評発売中 定価980円税込み」

口臭の大半は歯周病や虫歯が原因だ。歯周病は中高年の8割がかかっている。歯周病は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る）の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。歯槽膿漏は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。



東京銀座シンタニ歯科口腔外科クリニックの新谷院長

歯周病を予防するために定期的に歯科医を受診するよう勧めます。歯周病は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る）の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。歯槽膿漏は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。

臭い変化すれば 歯科医らに相談

歯周病は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る）の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。歯槽膿漏は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。

歯周病で口臭も 肺炎招くことも

歯周病は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る）の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。歯槽膿漏は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。

週刊朝日

3男1女東大理取合格！ 佐藤ママの子育てバイブル

歯さしりの強さ 平時の8倍にも

いびきや歯さしりがある人は、マウスピースをつくこともできる。歯さしりは、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る）の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。歯槽膿漏は、歯肉の炎症がひどくなると、歯槽膿漏の原因となる。歯槽膿漏は、口臭の原因となる。

歯周病はいろいろな病気につながる

