

## 睡眠時無呼吸症候群は レーザー治療で改善できる

—— 先生はSASレーザー治療のエキスパートです。SASの治療期間は長く、多くの人が途中でやめてしまうといいます。私の周りにもそういう友人がいます。貴院はなぜこれほど人気があるのですか。先生の治療法と他との違いは何ですか。

**都筑** SASというのは、寝ている間に10秒間以上呼吸が止まってしまう回数が、1時間に10回とか15回以上になる病気です。この状態を長く放置すれば、心臓に負担がかかり、高血圧、糖尿病、肥満などを引き起こします。

SASには2つのタイプがあります。1つは「中枢型」で、これは比較的まれです。もう1つは「末梢型」で「閉塞型」とも言われ、こちらは非常に多く、主に気道が狭くなって起こります。

SASの治療法としては、現在世界中どこでも第一選択肢はCPAP（シーパップ、持続的陽圧呼吸治療）です。ところが、この機械は寝ている時間の70%以上の時間装着しなければ効果が得られないのです。寝ている間中これを装着できる人は半分もいません。

無理やり空気を送り込みますので苦しいし、機械を装着する感覚があって却って眠れない。度々出張や国外に出る人にとっては荷物になる。それに、CPAP治療というのは、機械を着けて寝るといっただけで、症状は緩和できても根治治療にはなっていません。機械の使用には毎月5000円かかり、数年も使い続ければかなりの金額になります。

レーザー治療なら一度で済みます。いびきの治療と同じく、気道を広げてあげればよいのです。SASの場合、2か所狭くなる場所があります。一つは鼻で、原因はアレルギー性鼻炎です。もう一つが口蓋垂、のどちんこと呼ばれる部分です。レーザー手術でこの2か所を広げれば、SASを軽減する事が可能です。

さらに、太っている人の場合、SASの症状が出やすくなります。舌根部（舌の後ろ）が狭くて、寝ると舌が落ちて気道を塞いでしまうのです。アメリカでかつて行われた臨床試験では、BMI（肥満度）が33以上の人に鼻と口蓋垂のレーザー手術を行い、SASの症状が確実に改善しています。その場合、体重管理も必要です。当院では、レーザー治療と同時に食事指導も行っ

ています。

実は私自身が経験者です。このクリニックを開設した頃の体重は96kgでした。太っていると仰向けに寝た時苦しくて、寝るといびきをかきまわすし、同時にSASの症状もありました。ですから患者様の苦しみはよくわかります。患者様にダイエットの指導をする際、「私がダイエットに成功したのですから、あなたにもできます」と言って、自分が一番太っていた頃の写真をお見せします。現在の体重は68.9kgですが、外見だけでなく健康状態も以前とは別人です。

## 10分で花粉症を改善

—— 先ほど、SASはアレルギー性鼻炎や鼻づまりとも関係があるとのことでしたが、日本では花粉の季節になると、多くの人がかくしゃみや鼻水で苦しんでいます。花粉症もレーザー手術で治りますか。

**都筑** 花粉症そのものは個人の体質ですから根治はできませんが、鼻腔のレーザー手術は確実に効果があり、効果は1～3年持続します。治療時間はわずか5～10分です。

重度の花粉症の人は花粉の季節になると、鼻水、涙、くしゃみが止まらず、勉強や仕事に集中できません。ですからほぼ毎年レーザー手術を受けに来られます。はっきり改善が見られないようであれば、手術の必要はありません。そこは患者様ご自身の判断になります。

## 短時間、即効性の手術は 中国人観光客に理想的

—— 昨年からの訪日中国人観光客が急増し、今年は昨年の倍になる

