



2009 / 7



レター 第 43 号

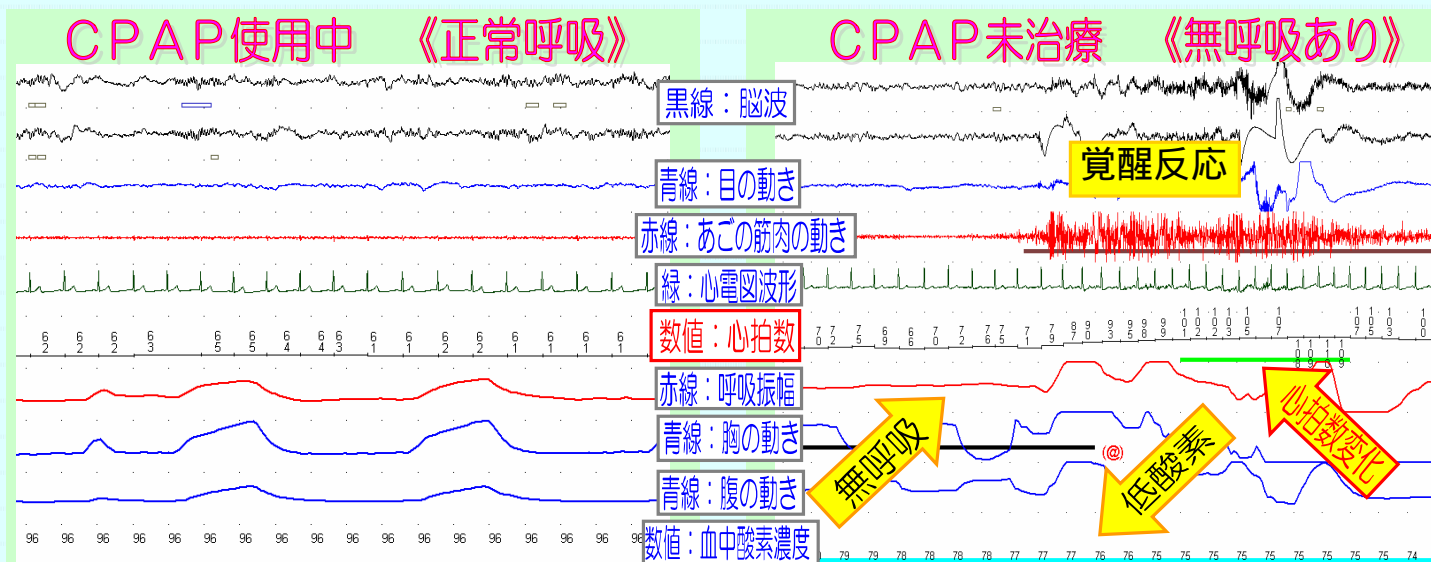
傘が手放せない時期ですね。と言いつつも、降水確率のうち、降らない確率に賭けて傘を持たない事が多い私ですが・・・結局、雨に濡れながら走って帰る、というパターンに陥ります。傘を置き忘れる事が多く、すぐ失くしてしまうので、カワイイ傘を買っても使ってないという悲しい現実です。折りたたみ傘も、荷物が重くなるのと、たたむのが面倒だと思ってしまう私は、どうしようもないですね。梅雨が明けるのを待つのみ！！

よく知ろう！ 第2弾 終夜睡眠ポリグラフ検査

先月と見出しが同じですが、内容はもちろん違いますのでご安心を！
今回は、心電図等から分かる事の1つである『心拍数の変化と無呼吸との関連』について取り上げたいと思います。ちょっとマニアックかも？！

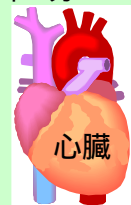
下の2つのグラフの違いで注目していただきたいのは『心拍数』です。
右のグラフと左のグラフでは、身体の中の状態に違いがあるのでしょうか？

ちなみに、このグラフは同じ人のグラフです。



心拍数はほぼ一定：61～64回/分
心臓は安定したリズムで動いている
その他：睡眠はステージ2とやや深め
(詳細は先月のレター参照)
呼吸も安定し、血中酸素も起きて
いる時と変わらない(96%)

心拍数に変動あり：70前後 100回/分
無呼吸後、息を大きく吸う時に
心臓が速く動き、運動量が増す
心臓に大きな負担がかかる
その他：無呼吸により低酸素状態
になる 頭が起きる 呼吸
再開 一晩中、繰り返す



無呼吸が心臓などの身体に及ぼす影響は、想像以上に大きいものだとご理解いただけましたか？
CPAPをサボりがちの方の心臓は、悲鳴をあげているかもしれません。CPAPを使って下さいね！



彦坂

今月のひとこと

髪をバツサリ切りました！自分が要望した髪型とはチョット違うのですが、段々見慣れてきたな～という感じです。この勢いでもっと切ってしまうかと思いましたが・・・これ以上は勇気がありません。

文責：彦坂

* 毎月必ず受診して下さい
(木曜のCPAP外来の場合はCPAPもお忘れなく！)

発行：渥美病院
生理検査室