

Q いびきは手術でよくなる?

51歳、男性。いびきで悩んでいます。出張時に同僚から、家では妻や別室の娘からも指摘されます。一度検査を受けましたが、「睡眠時無呼吸症」ではありませんでした。のどの手術でよくなると聞きました。詳しく教えてください。
(鹿児島県 K)



● 回答者 ●

笠井耳鼻咽喉科クリニック
自由が丘診療室 (東京都)

笠井 創

A 単純いびき症は手術の対象になるが、手術のみで改善する場合は少ない。主治医と治療方法の検討を

鼻の入り口から声帯までの空気の通り道を上気道といいます。その上気道で睡眠中に異常な騒音が出るのが、「いびき」です。眠っていると上気道のどこかが狭くなることがあり、そのためにいびきが出やすくなります。

「睡眠時無呼吸症」という睡眠中に息を止めてしまうような人におこる病的ないびきではない場合を「単純いびき症」といいます。これは健康な人でもおこるもので、本人に自覚症状はありませんが、周囲の方に多大な迷惑をかけていることがあります。単純いびき症は軟口蓋と口蓋垂の振動が原因であることが多いので、そのような場合には手術的治療の対象となります(いびきの手術は、健康保険が適応されます)。

耳鼻咽喉科では、鼻からのどの内視鏡検査や鼻腔通気度検査などを行い、鼻呼吸に問題があればまず鼻の治療をします。アレルギー性鼻炎

で鼻粘膜の腫れがある場合には鼻の通気をよくするために抗アレルギー薬などを使用します。下鼻甲介のレーザー手術やラジオ波凝固治療などの比較的簡単な外来治療で鼻閉を改善させることもできます。重度の鼻中隔湾曲症では鼻中隔矯正手術が必要です。扁桃肥大がある場合には口蓋扁桃摘出手術を行ったり、扁桃のラジオ波凝固治療で縮小させたりもします。手術以外では、のどの奥に舌が沈み込まないように特殊なマウスピースを睡眠中に装着することでいびきを抑える方法もあります。

いびきの外来手術では、いびきの原因となっている余分な口蓋垂や軟口蓋をレーザーで切除する咽頭形成手術が外来日帰り手術として行われています。とくにいびきの振動をおこしやすい部分を収縮させる方法として、軟口蓋のラジオ波凝固治療も近年注目されています。のどを

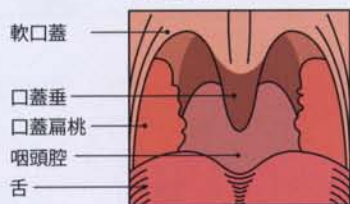
より大きく広げるため、扁桃摘出を含めた咽頭形成手術を行う場合は入院手術となります。

ただし、手術は安易に選択する治療法ではありません。いびきの原因は複合的であり、手術だけで改善する場合は限られています。まずは主治医と慎重に治療方法を検討してください。

●いびきの手術的治療例 (レーザーによる咽頭形成手術)

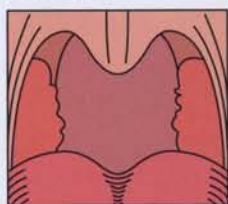
のどの形に問題があって、気道が狭く、いびきの出やすい場合は手術適応となる場合が多い。たとえば、扁桃、軟口蓋、口蓋垂が大きく、咽頭腔が狭いためいびきは、この震動源をなくし、のどを広げる手術を行うことで呼吸がしやすくなり、いびきの改善につながる。

●手術前



扁桃、軟口蓋、口蓋垂が大きく、咽頭腔が狭い。

●手術後



いびきの原因となる余分な部分をレーザーで切除した状態。