

各種疾患・病態におけるうつ病・ 気分障害の合併の実情 身体疾患とうつ病

睡眠時 無呼吸症候群と うつ病

中部大学生命健康科学研究所教授

宮崎 総一郎

はじめに

うつ病と睡眠時無呼吸症候群の両者は、全身倦怠、意欲・判断力低下、種々の身体症状を呈することなど共通点が多い。近年、精神科領域ではうつ病の診断をする際には必ず睡眠時無呼吸症候群の鑑別診断をする必要性が認められている。

① 症例提示

60歳代、女性。約1年前から昼間の眠気が出現し、元気が出ず、うつうつとした気分であるため心療内科を受診した。軽度のうつ病との診断で薬物治療を受けるも改善しなかった。偶然、病院内で睡眠外来の掲示を認め受診した。睡眠ポリグラフ検査を受けたところ、睡眠時無呼吸の診断となった。無呼吸低呼吸指数 (apnea hypopnea index : AHI) は14.6回/時 (仰臥位では47.6回/時)、睡眠中の最低動脈血酸素飽和度は79%であった。経鼻的持続陽圧呼吸療法 (nasal continuous positive airway pressure : nCPAP) 治療開始後まもなくから熟睡できるようになった。眠気もすっかりなくなり、気持も明るく前向きになったと話されていた。心療内科での処方薬も服用しなくなったが、入眠障害があるため超短時間作用性の睡眠薬を服用している¹⁾。

② 睡眠時無呼吸症候群とは

閉塞性睡眠時無呼吸症候群 (obstructive sleep apnea syndrome : OSAS) は、完全な上気道閉塞 (無呼吸) や部分的な上気道閉塞 (低呼吸) が睡眠中に繰り返して生じる。OSASは間歇的な低酸素や高炭酸ガス血症、および頻回な覚醒反応により交感神経緊張やインスリン抵抗性をきたし、メタボリック症候群の増悪をきたす。その結果、高血圧、心臓血管疾患、脳卒中、糖尿病、うつ病など、多くの疾患の発症または合併症に関連している (図)。

OSASの有病率に関して、Wisconsin Sleep Cohort Study (n=1,520) では、AHI \geq 15回/時の頻度は、30-49歳男性の10%、女性の3%、50-70歳男性の17%、女性の9%と報告されている²⁾。わが国の企業男性職員 (23-59歳、n=396) を対象とした調査では、簡易睡眠呼吸検査での無呼吸低呼吸指数が \geq 15回/時のOSAS有病率は22.3%と報告されている³⁾。

③ うつ病と睡眠時無呼吸症候群

睡眠時無呼吸とうつ病合併のメカニズムについては明らかでない。無呼吸や低呼吸による頻回の低酸素状態と過換気の繰り返しは、頻回の覚醒反応、交感神経興奮をきたし、血管内皮機能不全、化学反射、血圧上昇などによる微