2022.1.27修正

いびきが続くと 睡眠時 無呼吸 症候群 だと 体はどうなるの

③

①

酸素が体に入らないんです

低酸素状態

②

体を守る（酸素を運ぶ）ために

酸素が不足したら体は困ります

脳が交感神経を刺激します

本来、
寝ている時は、
副交感神経が
働いてよく寝む
れるんですが、
交感神経が
働くと十分
眠れません

脳が何度も起こ
されてストレスが
増加します

食欲増加
作用の
ホルモン
が増加
して

肥満
を
助長

交感神経が
働いて全身
がすぐ動ける
ように心臓
を動かします

血管が収縮して
血圧を上げます
（血圧上昇）

高血圧
になると

不整脈
が続くと

脳梗塞

心筋梗塞

心不全

治療方法があるんです