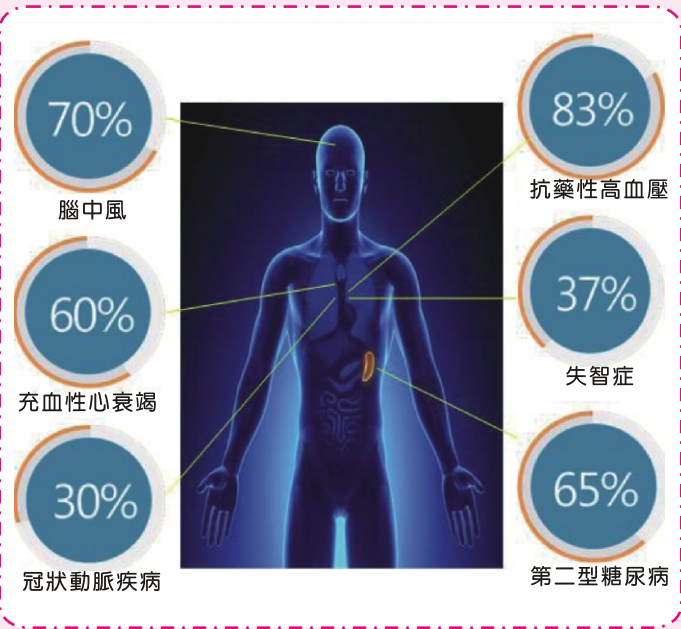
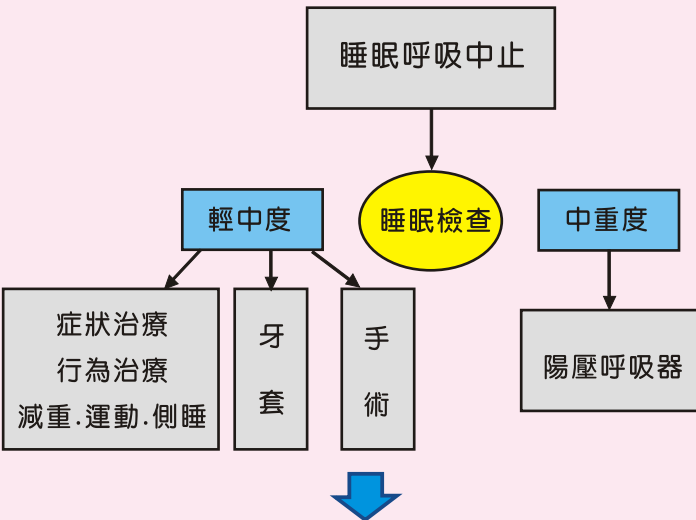


沉默的健康殺手~嚴重起來要你命

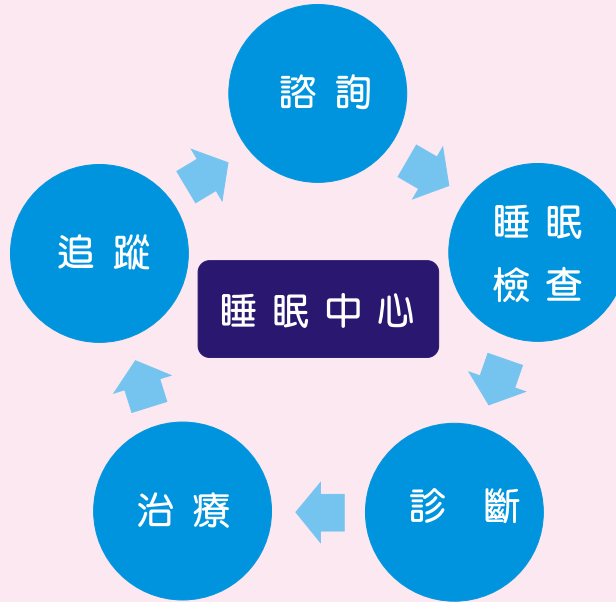


不要怕~治療終結戰



請洽睡眠中心及睡眠門診諮詢評估

睡得好，健康活到老 義大睡眠中心關心您!



聯絡資訊	
義大醫院	地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路 1 號 電話：07-6150011 分機：2788
義大癌治療醫院	地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路 2 號 電話：07-6150022 分機：2788
義大大昌醫院	地址：高雄市807三民區大昌一路305號 電話：07-5599123 分機：2788

本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

20X29.7cm 2020.06修訂 HA-9-0095(1)



認識睡眠呼吸中止

夜夜好眠 健康年年



鼾聲歲月，百病根源!

呼呼大睡不等於睡得好
打鼾是種警訊，小心睡眠呼吸中止找上門，使得整夜無法安適睡眠，處於生存與死亡的纏鬥，疲累不堪。

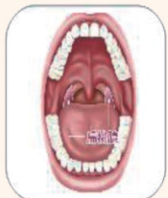
警戒通報~呼叫高危險群



罹患率：男性是女性的 3-4 倍，女性更年期後與男性相同



年齡>50歲



扁桃腺、懸雍垂或舌頭肥厚



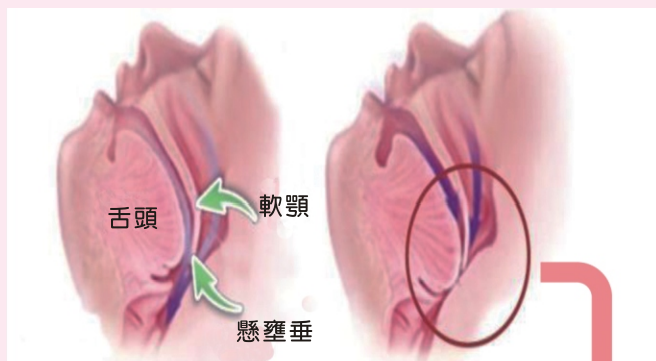
理想體重>27 (肥胖)



顱顏及鼻子結構異常、下巴後縮或過小

睡眠呼吸中止之分類

- ☆阻塞型：最常見，上呼吸道塌陷阻塞，出現鼾聲及呼吸中斷造成睡夢中驚醒。
- ☆中樞型：中樞神經(腦部)無法對呼吸肌肉傳送正確指令，常見於心衰竭、腦部疾病患者。
- ☆混合形：合併中樞型及阻塞型之症狀。



呼吸道阻塞

10大症狀~切記別輕忽



打鼾



早上常頭痛



有人注意到您睡著時呼吸暫停



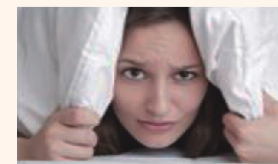
白天嗜睡



睡著時出現嗆咳或喘氣



精神不集中



睡不著·睡不好



暴躁易怒



頻尿



工作時容易睡著