



이비인후과

Otorhinolaryngology

코골이 클리닉

(수면다원검사)



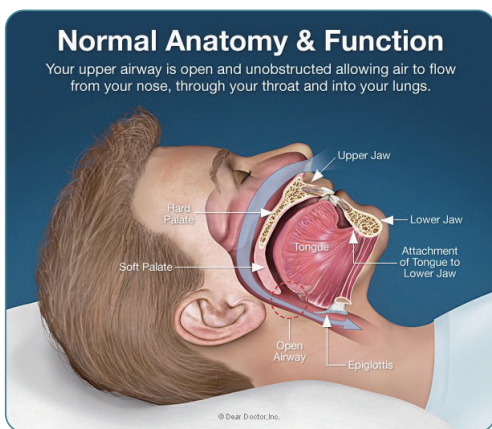


수면무호흡증이란?

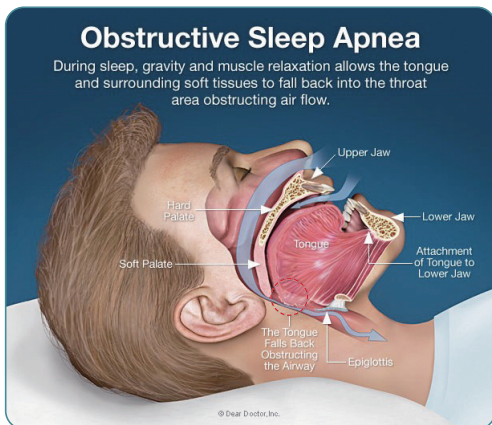
코골이, 저호흡 또는 무호흡 등의 증상이 한 시간에 5회 이상 관찰되는 경우를 말합니다.

비만, 노화, 두꺼운 혀, 늘어진 목젖, 두꺼운 목둘레, 코막힘 등이 수면 호흡 장애의 주요 원인으로 알려져 있습니다.

정상적인 호흡구조



폐쇄성 무호흡증 환자의 상기도





수면무호흡증의 주요 합병증

뇌



뇌졸중, 치매
인지기능 장애

심장



심혈관질환
고혈압, 부정맥

폐



폐고혈압
호흡장애 증상

혈관



혈관수축
혈액순환 장애

췌장



당뇨병

생식기



발기 부전
성기능 저하



수면무호흡증의 치료

수술적 치료

무호흡증을 개선하기 위한 수술적 치료 방법은 다양합니다.

코골이 증상을 완화하거나 양압기의 치료 압력을 완화할 수 있는 비중격교정술과 하비갑개 교정술이 있고, 무호흡증을 치료하기 위한 구강 수술인 구개저 인두 성형술이 있습니다. 모든 사람들에게 도움이 되는 것은 아니므로, 이비인후과 외래를 방문하여 진료 후 평가가 필요합니다.



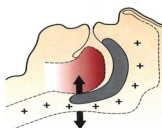
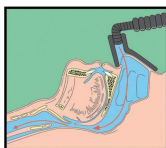
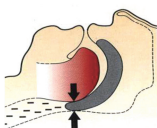
편도 및 구개 크기

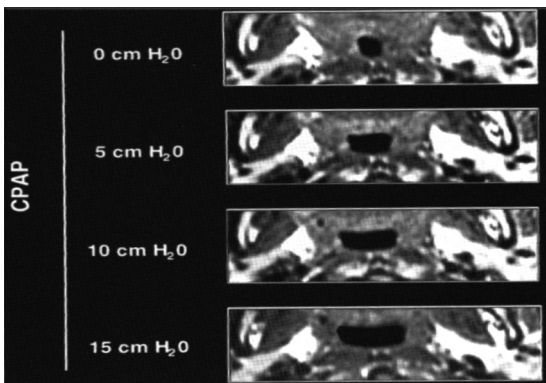
비수술적 치료

① 지속적 양압치료 (APAP, CPAP)

수면 무호흡증의 가장 효과적이고 첫 번째로 권고되는 치료 방법으로 수면 중 코를 통하여 압력이 높은 공기를 기도로 불어 넣어서 기도가 좁아지는 것을 예방하는 치료법입니다.

지속적 양압치료를 통해 기도를 충분히 개방하면 수면 호흡 장애로 인한 다양한 증상들을 완화시킬 수 있습니다.





② Mask



Pillow type



Nasal type



Full-face type





수면다원검사란?

수면다원검사는 코골이, 수면 무호흡증, 주간졸음증, 과다수면, 수면 중 이상행동 등의 수면장애를 객관적으로 진단하고 수면의 구조와 효율 등을 평가하는 검사 방법입니다. 병원 내 침실처럼 꾸며진 검사실에서 여러 측정장치를 머리와 몸에 부착하고 수면 중 뇌파, 안구운동, 근육의 움직임, 입과 코를 통한 호흡, 호흡 운동, 동맥혈산소포화도, 심전도 등의 생체신호를 지속적으로 측정합니다. 동시에 환자의 수면 중 움직임을 살피기 위해 비디오로 기록합니다. 수면다원검사는 비침습적으로 위험하지 않으나 낮선 환경에서 수면을 취할 뿐 아니라 여러 측정장치의 부착으로 인해 약간의 불편감을 느낄 수 있습니다.

수면다원 검사가 필요한 경우

- 코골이와 잠버릇이 험한 경우
- 수면 중 호흡곤란 혹은 호흡중단 증상 (무호흡)
- 잠에서 깨어난 후 만성적으로 개운하지 않음
- 만성두통, 특히 아침 두통과 어지럼증
- 낮 시간의 과도한 졸림
- 수면자세의 무호흡 형태 분석
- 집중력 장애와 산만한 행동

검사 방법

- ① 가정집 침실처럼 꾸며진 검사실에서 검사를 진행하며 검사 시행 전 수면에 관한 설문지 작성, 신체 정보(키, 몸무게) 및 혈압을 측정합니다.
- ② 뇌파 전극을 의료용 접착제를 이용하여 머리에 부착하고, 호흡 측정을 위해 얼굴, 가슴, 배에 센서와 벨트를 착용합니다. 또한 안구 움직임과 턱 및 사지의 긴장도를 측정하기 위해 전극을, 심장 리듬 측정을 위해 심전도를 부착합니다.
- ③ 준비가 완료되면 불을 끄고 검사가 시작되며 평소처럼 하룻밤 동안 주무시게 됩니다.

주의 사항

- ① 수면과 관련하여 복용 중인 약(신경안정제, 수면제 등)이 있다면 검사 전 복용 유무를 미리 알려야 합니다.
- ② 평소 복용하는 혈압약, 당뇨약, 고지혈증약 등 수면에 영향을 주지 않는 치료제는 복용해도 되지만 수면에 영향을 줄 수 있는 약(신경안정제, 수면제 등)이 있다면 검사 당일 가지고 오거나, 약의 이름 및 용도를 알아 오는 것이 좋습니다.
- ③ 외래에서 수면다원검사를 위해 처방 받은 수면제가 있다면 검사 당일에 꼭 가지고 와야 합니다.
- ④ 검사 당일 낮잠은 피하고, 술이나 카페인 등이 들어 있는 커피 등 음료 복용은 피해야 합니다.
- ⑤ 간단한 침구류(이불, 베개, 환자복)는 제공해 드리나 개인적으로 사용하는 편한 침구류가 있다면 지참해도 좋습니다.
- ⑥ 검사 종료 후 머리에 접촉제가 묻어 있으니 개인 세면도구(수건, 세안제, 샴푸, 치약, 칫솔, 비누 등) 및 수건, 화장품은 개별적으로 준비해주시기 바랍니다.
- ⑦ 소아 및 낙상 위험 환자의 경우 검사 시 보호자 한 분만 동반 입실이 가능합니다.
- ⑧ 실제 검사 시간은 밤 10시부터 다음날 오전 7시까지이나 검사 전 준비 과정으로 저녁 8시까지 검사실로 오셔야 합니다.
- ⑨ 과다수면으로 다중수면잠복기 검사까지 받는 경우 다음날 오후 6시까지 검사가 진행됩니다.

TIP!

안내 사항

- ① 예약 날짜를 준수해 주시기 바랍니다.
- ② 검사 준비 시간이 오래 걸리니 시간을 꼭 맞춰(저녁 8시) 내원해야 합니다.
- ③ 검사 예약 변경 및 취소를 원하시면 미리 이비인후과 외래로 연락 부탁드립니다.



의정부율지대학교병원 찾아오시는 길

(11759) 경기도 의정부시 동일로 712



통합
콜센터

1899-0001

진료예약 이용시간 - 평일 08:00~17:00

www.emc.ac.kr

의정부율지대학교병원 이비인후과

031-951-2450

환자가 필요로 하는 곳엔 ‘을지’가 있습니다

의정부율지대학교병원

대전율지대학교병원

노원율지대학교병원

강남율지대학교병원