

## 如何進行測試？

睡眠測試可以在家裡輕鬆地進行。

整個過程簡單、舒適、成本低廉，且測試結果準確可靠。



## 潛在併發症

若忽視睡眠窒息症的治療會導致以下風險顯著增加

- 高血壓
- 心血管疾病
- 認知障礙/日間嗜睡
- 抑鬱
- 陽痿
- 機動車交通事故
- 猝死率增加
- 勃起障礙

有沒有人  
曾經話你知  
你訓覺時會  
**鼾聲如雷** ?



### OSA診斷：

如今，我們比以往任何時候都更容易待在舒適的家裡進行診斷...

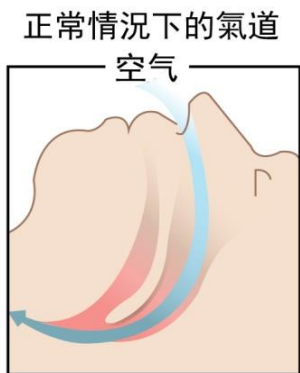
你的醫療服務提供者將竭誠為你服務，有問必答。

# 阻塞性睡眠窒息症

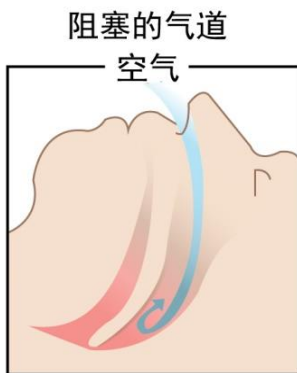
## 打鼾是OSA的一項主要指標

阻塞性睡眠窒息（OSA）是指在睡眠期間出現反復停止呼吸。這是因為人體肌肉在睡眠時完全放鬆，而氣道由於重力作用發生阻塞。短暫的窒息會對身體造成過度的壓力。

OSA與心血管疾病（如高血壓、心臟病和中風）高度相關。睡眠障礙還會導致日間嗜睡、頭痛、記憶力減退、情緒波動、人際關係問題和性欲衰減。



氣道暢通無阻  
空氣流通順暢



氣道受阻  
空氣難以通過

### 你的睡眠情況如何？

有沒有人曾經話妳知，你睡覺時鼾聲如雷？

你起床時，是否仍感覺到疲憊或精神不振？

你是否患有嚴重的日間嗜睡？

你是否經常半夜醒來去洗手間？

你醒來時是否感覺窒息或喘不過氣來？

如果你有以上任意一種或多種症狀，不要猶豫，請和其他患者一樣，馬上聯絡你的醫療服務提供者，拒絕病情危險化。

目前大約有2500萬名成年患者正在遭受睡眠呼吸暫停綜合症帶來的滋擾。

儘管人們越來越意識到，忽視治療OSA可能會造成嚴重後果，但仍有90%的睡眠呼吸暫停綜合症患者未就診。

阻塞性睡眠窒息症 (OSA) 所導致的主要併發症及其併發症的發病風險機率

并发症	OSA患者发病率
高血壓	35%-45%
糖尿病	50%
中風	62%
耐藥性高血壓	> 80%
充血性心力衰竭	30%-50%
心律失常	50%
心房顫動	49%

資料來源：Circulation 2008; 118(1080-1111)