

その事故、 睡眠時 無呼吸 症候群

(SAS : Sleep Apnea Syndrome)

が原因かも



早
期
発
見
早
期
治
療

早期発見、早期治療により
運転寿命を伸ばしましょう！

健康起因事故防止の

ための啓発動画はこちら！

<https://www.iatss.or.jp/movie/>



睡眠時無呼吸症候群とは？

成人の**4人に1人**がこの病気をもっています。

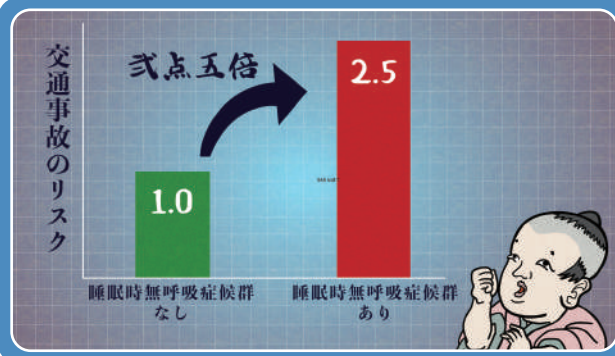
上気道の閉塞などが原因で、いびきをかいたり、睡眠中に何回も呼吸が止まります。

睡眠不足となり、日中の強い眠気や注意力低下の原因になります。



自覚のない眠気に注意！

睡眠時無呼吸症候群の主な症状として、日中の強い眠気があげられますが、実は眠気を自覚しない患者さんも多く存在します。特に、マイクロスリープという突然に数秒から数十秒の居眠りを引き起こす現象は、**交通事故の原因**となり、そのリスクは**約2.5倍**とされています。



やせている人も注意が必要です！

睡眠時無呼吸症候群の主な原因は肥満であることが知られていますが、実は日本人は顎が小さいことから、やせている人でも睡眠時無呼吸症候群に罹りやすいといわれています。



このような症状はありませんか？

これらの症状がいくつか当てはまる場合、専門医療機関の受診を検討してください。



一 いびきがうるさいといわれた



二 睡眠中に呼吸が止まっている、またはそうだと言われた



三 しっかり眠っているのに、日中に眠い



四 昼間急に眠ってしまったことがある



五 朝起きた時に頭痛がする



六 なんとなく集中力がない、又はそうだと言われた



七 夜間に何度も起きてしまう、トイレの回数が多い



あなたは
見えて
いますか!?

もしかして
緑内障
!?

早期発見、早期治療、治療の継続により、運転寿命を伸ばしましょう!

健康起因事故防止の

ための啓発動画はこちら!

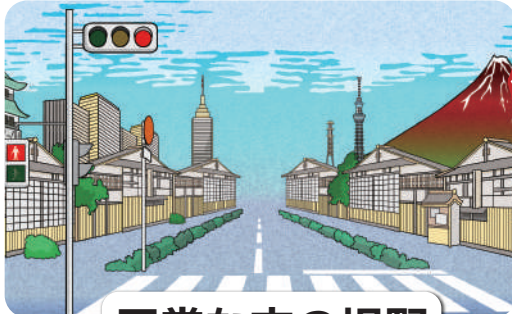


<https://www.iatss.or.jp/movie/>

緑内障に気付かないことで、事故の危険を高めることがあります。

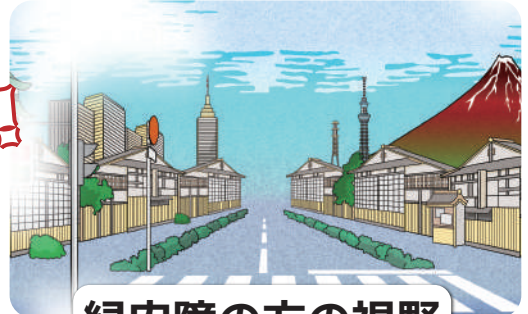
緑内障の運転リスクとは

緑内障では下記のように視野（見えている範囲）が狭くなったり部分的に見えなくなるため、気づかずに運転を続けていると交通事故の原因になります。



正常な方の視野

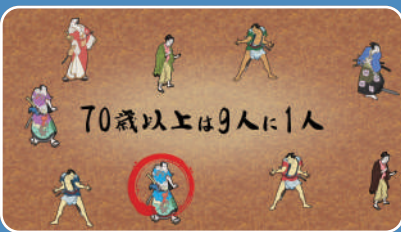
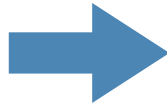
信号機が見えない!



緑内障の方の視野



歩行者が見えない!



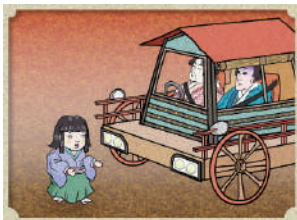
70歳以上は9人に1人

緑内障とは？

視神経が障害されることで視野が狭くなる病気です。緑内障患者は、40歳以上の20人に1人、70歳以上では9人に1人ともいわれています。また、**緑内障は徐々に進行するため自覚症状がなく、多くの方が治療を受けていないといわれています。**

このような出来事はありませんか？

このような出来事を1つでも経験したことがある場合、眼科の受診を検討してください。



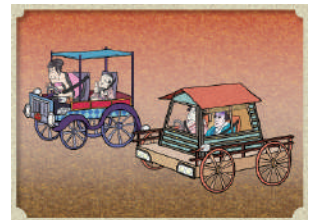
一 運転中、突然横から車が出てきたり、人が飛び出してきたことがある。



二 家族などの同乗者から危ない運転と指摘されたことがある。



三 信号や標識がわかりづらかったことがある。



四 周囲の車の流れにのれないことがある。



緑内障の治療法

点眼薬（目薬）や手術によって眼圧を下げることで、進行をゆっくりにする、あるいは、進行をくい止めることができます。