

閉塞性睡眠時無呼吸症候群で

ウエキクス®錠を 服用される方へ

監修

久留米大学 理事長・学長
内村 直尚 先生

目次

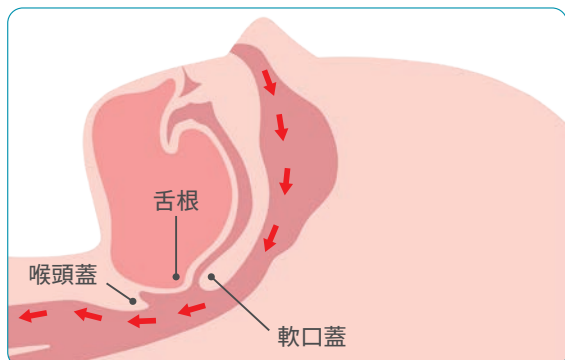
閉塞性睡眠時無呼吸症候群(OSAS)とは	3
OSASの原因	3
OSASの症状	4
OSASの合併症	5
OSASの治療	6
CPAPなどの治療後に残る日中の眠気	8
眠気の評価	8
ウエキクスとは	9
ウエキクスを服用する前にご確認くださいこと	10
ウエキクスの服用方法	12
飲み忘れた場合	12
服用にあたってのご注意	13
適正使用のお願い	13

OSASとは

閉塞性睡眠時無呼吸症候群(OSAS)とは、眠っている間に、のど(気道)がふさがることで呼吸がとまったり浅くなったりする病気です

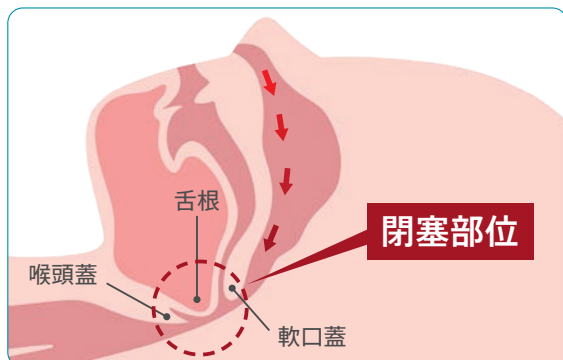
呼吸がとまる…無呼吸 呼吸が浅くなる…低呼吸

▶ 正常な気道



眠っている間は、筋肉がゆるむことで、舌の付け根などがのどに落ち込み、気道が狭くなります。

▶ OSASの気道



OSASでは、のどの奥が軟口蓋や舌の付け根でふさがれ、呼吸がとまってしまいます。

OSASの原因

OSASの主な原因には、肥満や筋力の低下(加齢)、下あごが小さいことなどがあります

気道(空気の通り道)が狭くなる主な原因

肥満

加齢による
筋力の低下

下あごが小さい
奥に引っ込んでいる

肥満の方や、首が太く短い方、あごが小さい方などは、もともと気道が狭くなりやすい傾向があります。そのため、眠っている間にのどや舌の付け根の筋肉がゆるむと、さらに気道が狭くなり、空気が通りにくくなります。その結果、無呼吸や低呼吸が起こります。

OSASの症状

OSASでは、寝ている間の大きないびきや無呼吸、朝の頭痛や日中の強い眠気などがみられ、夜だけでなく日中にも影響が出ます

	自覚症状	他覚症状
夜間	不眠(中途覚醒) 口渇感 睡眠中の窒息感 など 	大きないびき 無呼吸 あえぎ呼吸 など 
日中	朝起きたときの頭痛や 熟眠感低下・疲労感 強い眠気 集中力の低下 など 	居眠り 交通事故 など 

夜間の無呼吸や低呼吸によって十分な睡眠がとれないため、日中に強い眠気あらわれます。その結果、判断力や集中力が低下し、交通事故などのリスクが高くなるといわれています。

OSASの合併症

OSASを放置すると、高血圧や脳卒中、
心血管疾患、糖尿病、認知機能低下などの
リスクが高まるといわれています



高血圧



脳卒中
(脳血管疾患)



心血管疾患



糖尿病



認知機能低下

など

OSASの治療には、CPAP療法をはじめ、さまざまな治療

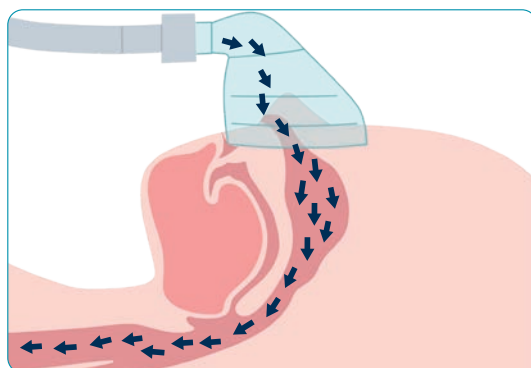
CPAP療法(持続陽圧呼吸療法)

鼻に専用のマスクを装着し、空気を鼻から送り込むことで気道(空気の通り道)を広げ、睡眠中の無呼吸を防ぐ治療です。中等症～重症のOSASで広くおこなわれています。

▶ 閉塞時の気道の様子

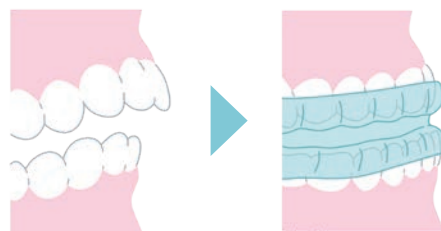


▶ CPAP療法時の気道の様子



マウスピース(口腔内装置)

下あごを前に出した状態で固定することで、舌がのどの奥に落ち込むのを防ぎ、気道を広げます。



薬物療法

肥満を伴う中等症以上のOSASでは、減量を目的とした薬物療法が選択されることがあります。体重を減らすことで気道の閉塞が改善し、無呼吸が軽くなる可能性があります。

外科手術(上気道手術・顎矯正手術)

CPAPの使用が難しい場合や、十分な効果が得られない場合に、原因となっている部分(口蓋垂や扁桃など)を手術で取り除いたり、あごの矯正により、呼吸をしやすくします。

また、鼻づまり(鼻閉)がある場合には、その治療(手術など)をおこなうことで、無呼吸の改善につながることがあります。

法があります

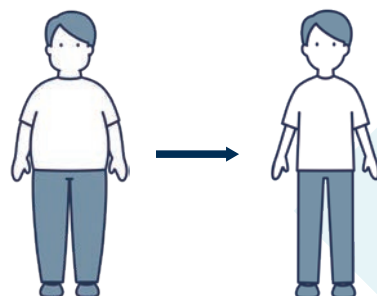
舌下神経刺激療法

CPAP療法があわない場合や、十分な効果が得られない場合に、舌の動きをコントロールする神経(舌下神経)を刺激することで、睡眠中に舌がのどの奥に落ち込むのを防ぎ、気道を広げる治療法です。

体内に小さな装置を埋め込み、睡眠中に呼吸にあわせて舌の動きをサポートします。

減量

肥満がある場合は、減量することで無呼吸が軽くなることがあります。



生活習慣の改善・運動

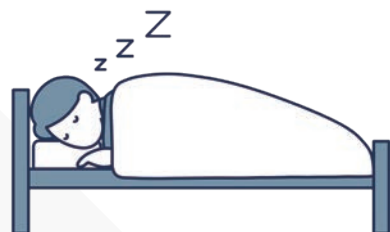
食事、運動、睡眠など、生活習慣を整えることは、OSASの改善や合併症の予防につながります。

また、アルコールは筋肉をゆるめ、たばこは気道の炎症を引き起こすため、無呼吸が起こりやすくなることがあります。



横向きに寝る

体を横向きにして寝ることで、重力の影響を受けにくくなり、症状が軽くなることがあります。



など

CPAPなどの治療後に残る日中の眠気

CPAPなどの治療をおこなっても、 日中の眠気が残ることがあります



OSASに対してCPAP療法などの治療をおこなうことで、睡眠中の無呼吸や低呼吸は改善が期待されます。しかし、これらの治療を適切におこなっていても、日中に強い眠気残り、仕事や家事が妨げられたり、事故につながる可能性があります。このような場合には、日中の眠気に対してお薬による治療が検討されることがあります。

眠気の評価

日中の眠気は、ESS質問票などで評価されます

「ESS質問票」は、日中の眠気の程度を評価する方法の一つです。合計点が高いほど、眠気が強い状態と考えられます。目安として、11点以上の場合は眠気が強い可能性があります。ご自身の眠気の程度を確認してみましょう。

ESS質問票

もし、以下の状況になったとしたら、どのくらいとうとする(数秒～数分眠ってしまう)と思いますか。最近の日常生活を思い浮かべてお答えください。

以下の状況になったことが実際になくても、その状況になれば どうなるかを想像してお答えください。(1～8の各項目で、 ○は1つだけ) すべての項目にお答えしていただくことが大切です。 できる限りすべての項目にお答えください。	可能性は ほとんどない	可能性は 少しある	可能性は 半々くらい	可能性は 高い
1) すわって何かを読んでいるとき(新聞、雑誌、本、書類など) →	0	1	2	3
2) すわってテレビを見ているとき →	0	1	2	3
3) 会議、映画館、劇場などで静かにすわっているとき →	0	1	2	3
4) 乗客として1時間続けて自動車に乗っているとき →	0	1	2	3
5) 午後に横になって、休息をとっているとき →	0	1	2	3
6) すわって人と話をしているとき →	0	1	2	3
7) 昼食をとった後(飲酒なし)、静かにすわっているとき →	0	1	2	3
8) すわって手紙や書類などを書いているとき →	0	1	2	3

(Takegami M, et al.: Sleep Med. 2009; 10: 556-565)

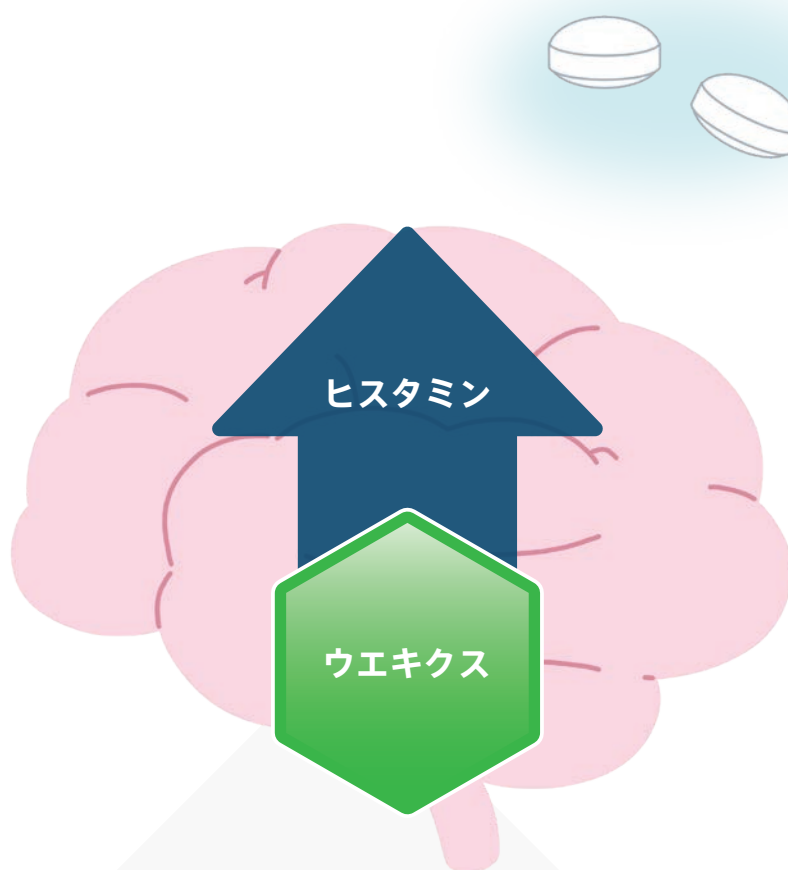
無断複製・配布はお控えください。ESS日本語版の使用には使用登録が必要です。
専用HP(問合せ先: Qualitest株式会社 <https://www.qualitest.jp/>)で手続きをおこなってください。

ウエキクスとは

ウエキクスは、日中の眠気を改善するお薬です

ウエキクスは、CPAP療法などで睡眠中の呼吸が改善しているにもかかわらず、日中の強い眠気が残る方に使用されるお薬です。

ウエキクスは、脳で目を覚ます働きにかかわる「ヒスタミン」という物質の作用を高め、日中の過度の眠気を改善します。



ヒスタミンとは？

ヒスタミンは体の中にもともとある物質で、皮膚や鼻、目などのアレルギーに関係しますが、脳では目を覚ます働きがあります。

ウエキクスを服用する前にご確認くださいこと

！あてはまる項目のある方は、ウエキクスを服用する前に、

- ☐ **以前にお薬を飲んで、かゆみ、発疹などのアレルギー症状があらわれたことがある方**

過去にお薬によってアレルギー症状があらわれたことのある方は、ウエキクスの服用によっても、同じようにアレルギー症状が起こる可能性がありますので、注意が必要です。

- ☐ **肝機能または腎機能の検査で異常を指摘されたことがある方**

ウエキクスの効果が強くあらわれることがあるため、服用する量を調節することがあります。

また、重度の肝機能障害の方では、ウエキクスは服用できません。

- ☐ **心電図検査でQT間隔延長を起こしやすい方
(先天性QT延長症候群のある方、低カリウム血症のある方など)**

QT間隔が延長するおそれがあります。

医師の指示にしたがい、定期的に心電図検査をしましょう。

- ☐ **精神疾患のある方、または過去にかかったことがある方**

ウエキクスの服用中に、気分の変化などの精神症状があらわれたり、悪化したりすることがあるため、注意が必要です。

- ☐ **遺伝子検査で、お薬を分解する酵素(CYP2D6)の働きがないことがわかっている方**

ウエキクスの効果が強くあらわれることがあるため、服用する量を調節することがあります。

主治医に必ずお知らせください

☐ 妊娠する可能性のある方

ホルモン避妊薬とウエキクスと一緒に服用すると、避妊薬の効果が弱まる可能性があります。ウエキクスの服用中および服用終了後、一定期間は、避妊薬以外の適切な避妊をおこなってください。

☐ 妊娠中の方

妊娠または妊娠している可能性のある方にはウエキクスの服用は推奨されません。胎児に影響を与える可能性があります。

☐ 授乳中の方

ウエキクスを服用するメリットと母乳育児のメリットを考慮して、授乳を続けるか中止するかを主治医と相談してください。

☐ 高齢の方

一般的に生理機能が低下していることが多いので、注意が必要です。

☐ 他のお薬やサプリメントを服用している方

お薬の飲みあわせによっては、副作用があらわれやすくなったり、効果が弱まったりすることがあります。

ウエキスの服用方法

ウエキスは、1日1回朝に服用します
医師と相談しながら、
ご自身にあった用量を服用しましょう

5mg錠



20mg錠

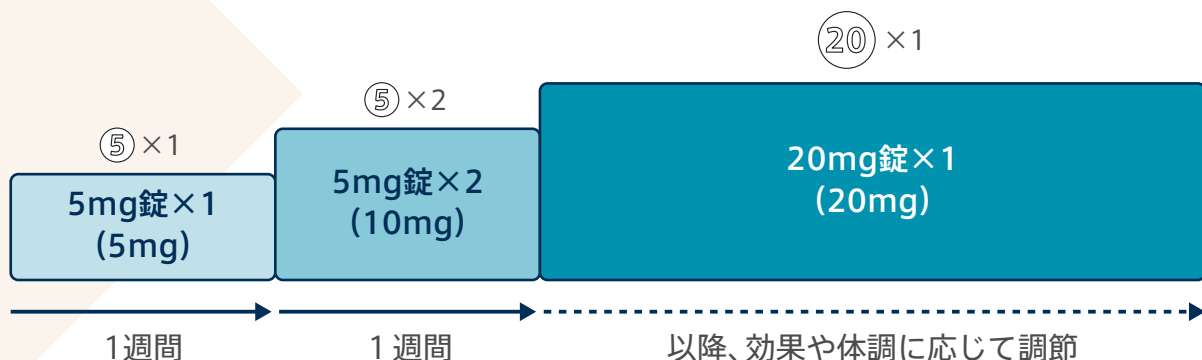


ウエキスには＜5mg錠＞と＜20mg錠＞があります。
服用の際に間違えないよう、十分に気をつけてください。

通常は5mgから開始し、1週間ごとに10mg、20mgと増量します。

なお、お薬の効果や体調に応じて、用量は調節されます。

医師の指示にしたがって服用しましょう。



飲み忘れた場合

飲み忘れた場合は、
次の日の朝に1回分を服用してください。
午後以降は服用しないでください。
一度に2回分を服用しないでください。

服用にあたってのご注意

主な副作用として、**不眠や頭痛**があらわれることがあります。
このような症状や、いつもと違う症状がみられた場合は、自己判断で服用を中止せず、医師または薬剤師にご相談ください。



適正使用のお願い

**このお薬は、CPAPなどの
OSAS治療に代わるものではありません。
医師の指示にしたがい、
OSAS治療とあわせて服用することが大切です。**

また、良質な睡眠や生活習慣の改善を心がけましょう。
お薬について不安な点がある場合は、医師や薬剤師などにご相談ください。

わたしの服用記録

ウエキスの服用日と服用量を記録しましょう。

用量は、医師に指示された用量を記入しておくようにしましょう。

	ウエキス服用日	服用量
1日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
2日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
3日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
4日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
5日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
6日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
7日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
8日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
9日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
10日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
11日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
12日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
13日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
14日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg

	ウエキクス服用日	服用量
15日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
16日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
17日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
18日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
19日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
20日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
21日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
22日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
23日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
24日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
25日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
26日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
27日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg
28日目	/ ()	5mg錠×1・5mg錠×2(10mg)・20mg錠×1・()mg

医療機関名

主治医名

電話番号

かかりつけ薬局名

薬剤師名

電話番号