



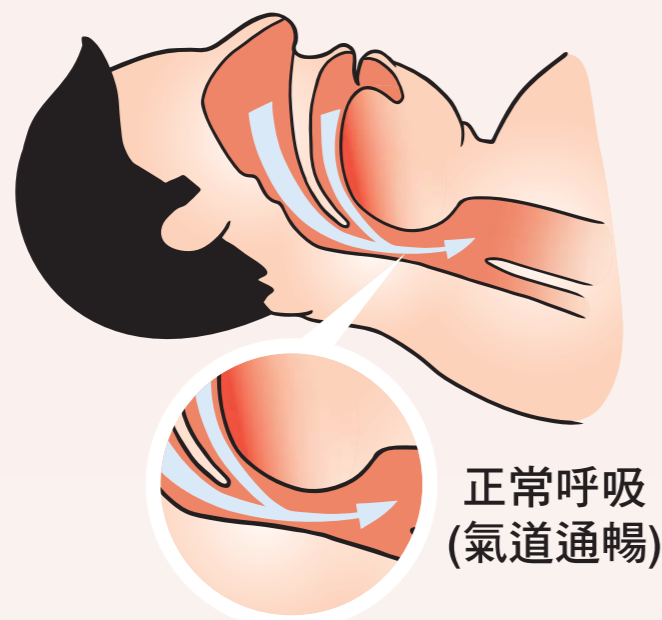
# 常常感到疲倦、睡不好、精神越來越差？

你知道打呼可能對身體造成不良的影響嗎！

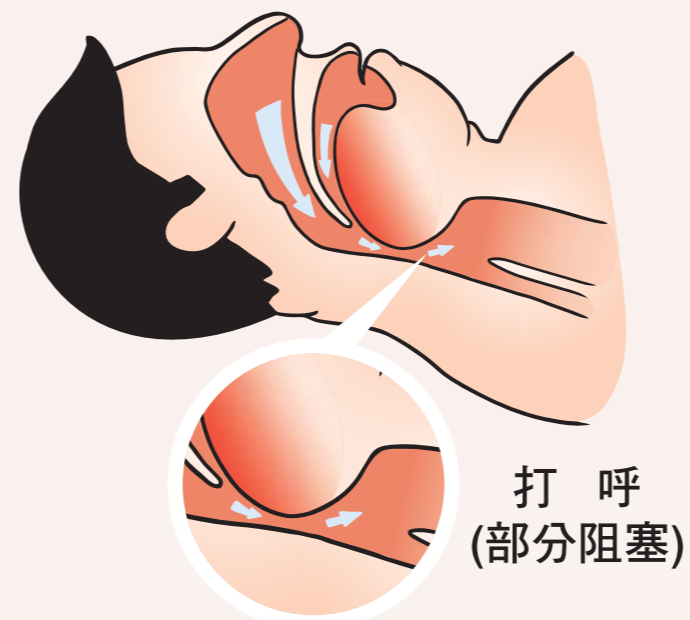
## 認識阻塞型睡眠呼吸中止症(OSA)

### 氣道變化圖

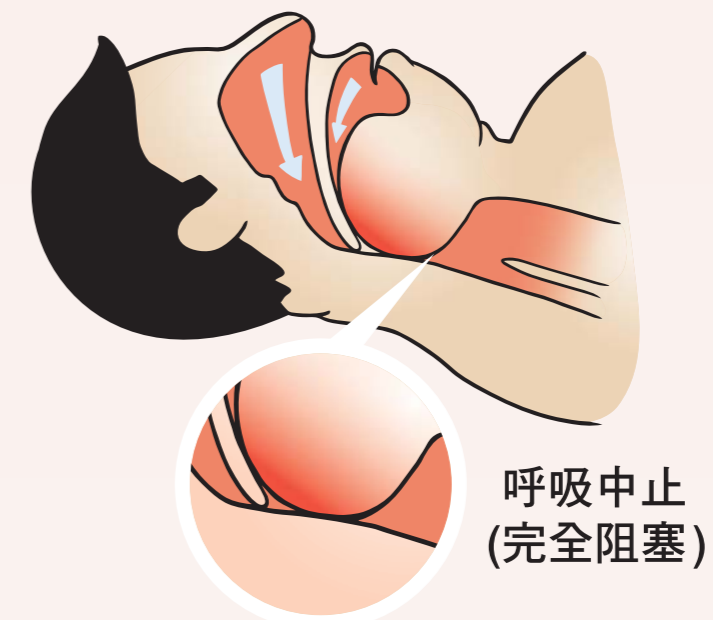
正常呼吸道通暢的狀態下，空氣可順利進出，維持正常的血中氧氣含量並將二氧化碳排出。



因先天結構異常、肥胖或其他因素導致呼吸道狹窄，呼吸氣流減少，進而使血中的氧氣量降低，二氧化碳堆積。



情況嚴重時，呼吸道完全阻塞，產生呼吸中止的情況。血中氧氣含量降低與二氧化碳堆積的情況更加惡化。



## 常見症狀



### 夜間睡眠



夜間不易入睡



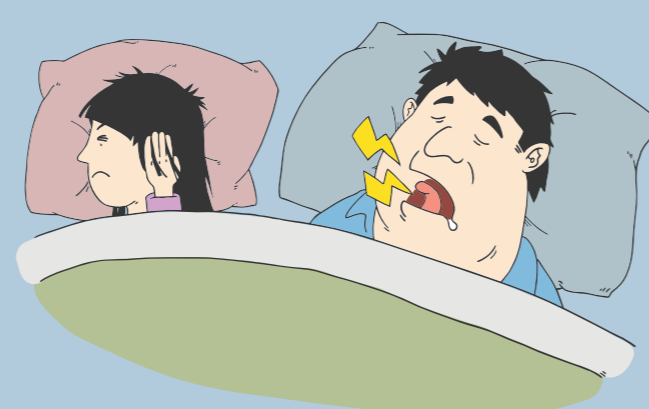
睡眠期間常跑廁所



睡眠中被嗆醒



睡眠期間有呼吸暫停狀況



持續且大聲的打呼

### 日間作息



嗜睡



暴躁易怒



精神不集中



清晨容易頭痛



日常工作生活時容易疲勞

關心睡眠呼吸問題，從馬偕開始