

康家睡眠教室



香港職業巴士司機的睡眠呼吸障礙問題及他們對使用睡眠呼吸機的接受程度

阻塞性睡眠窒息症是一種常見的睡眠呼吸障礙。它會使患者睡眠斷斷續續，並會引致患者白天嗜睡、削弱其認知功能及大大降低他們的生活質素。除此之外，患上睡眠窒息症的人會比正常人有較高機會發生交通意外，當中大部分的致命車禍都是由於司機警覺性減低及反應遲緩所引致。

有鑑於此，香港中文大學於上年針對有關香港職業巴士司機睡眠障礙及對使用睡眠呼吸機的接受度進行了一項醫學調查。受訪者先接受一項問卷調查，然後被隨機抽樣安排在家中進行簡單的睡眠測試。測試結果如錄得每小時多於五次的窒息，該人士會被安排入院進行一項更詳盡的睡眠測試以肯定其病情。証實患睡眠窒息症的病人會被安排接受進一步的睡眠呼吸機治療。

從1016個受訪巴士司機的問卷調查結果中發現：

- 60.9% 稱於工作時有著不同程度的睡意
- 8.5% 稱於一星期感睡意最少兩次
- 24% 承認過往三個月即使每晚睡眠時間平均有七小時，但仍曾於駕車時打瞌睡



此研究更指出，體重指數、鼻鼾音量及頸圍對睡眠窒息症的嚴重度有著很明顯的影響。反而，自感常有睡意或受訪者填寫的ESS問卷分數 (ESS問卷中列有八個情況，受訪者須按照自己於不同情況下打瞌睡的機會填上評分)，都未必能如實反映病人於睡眠窒息症上的問題。這可能礙於受訪者不肯承認有打瞌睡的問題，又或可能受個人性格、面對健康問題的積極性及其他不同原因的影響下，令問卷調查結果失準。

雖然現時沒有一套標準的機制去測量帶睡意的司機駕駛時是否安全，但過去已有研究顯示發生交通意外的司機明顯地比正常人睡意較深及反應較慢。有其他研究更顯示，過往有不少車禍原因都是因司機患睡眠窒息症引起，而當中引致的傷亡與損失，都可以單單靠患者於睡覺時佩戴睡眠呼吸機而得以避免。**睡眠呼吸機是一個既划算、又能使患者與公眾受益的醫治睡眠窒息症方法。**

總結：是次研究結果顯示，有8.4%的巴士司機有睡眠障礙問題而5.4%則患有睡眠窒息症。另一方面，使用睡眠呼吸機的巴士司機的白天嗜睡及認知功能衰退問題都得到明顯的改善。

參考文獻：David S.C.Hui, Fanny W.S.Ko, Joseph K.W.Chan, Kin W.To, Joan P.C.Fok, Jenny C.Ngai, Michael C.H.Chan, Alvin Tung, Doris P.Chan, Catherine W.Ho and Christopher K.W.Lai; Department of Medicine & Therapeutics, Chinese University of Hong Kong.

以上資料由  廣家醫療有限公司 提供

THE HOMECARE MEDICAL LTD.
Your Entrusted Partner In Respiratory and Sleep Breathing Disorders Solutions

九龍總公司：九龍荔枝角青山道485號九龍廣場19樓1902-03室 | 電話 Tel : 2402-2188 | 傳真 Fax : 2411-2323

港島陳列室：銅鑼灣百德新街2-20號恒隆中心18樓1815室 | 電話 Tel : 2882-7922 | 傳真 Fax : 2882-7911

新店 九龍陳列室：尖沙咀漢口道17號新聲大廈5樓8室 | 電話 Tel : 2992-0226 | 傳真 Fax : 2992-0079

