



この間
テレビのニュースで
やってたよ

ご存知ですか?
いびきには
病気が隠れている
場合があるんです

睡眠時
無呼吸症候群や
副鼻腔炎なんかは

大きないびきを伴う
ことが多いんだって



ええ...

ひどい!

昨日なんて時々
息止まっちゃったし



いびきを
かく人って
熟睡している
ように見えて

睡眠が不安定に
なりがちで

熟睡出来て
いないって聞いた
ことがあるけど...

ボクのいびき
そんなにひどい?



え!?
本当に?



今日はみんなで旅行に
来ています

どうしたの
みんな?

パパの
いびきが
うるさくて

眠れなかつた
のよ!



え?
そんなに?

パパ殿は
良く寝ていた
で「うるさくて」

どうして
眠いので
「うるさくて」



最近
寝ても寝ても
疲れが
とれなくて

会社でも
ウトウトしちゃ
うんだ



パパ!
いびきって
病気が原因の
こともあるんだよ



病気?



じゃあもう
パパと旅行
しない!!

わかった!

行くよ!
行きます!!

眠い...



ぐっすり眠れないと
疲れが取れないから
事故や仕事のミスにも
つながるわよ!!

パパの場合は
睡眠時無呼吸症候群の
可能性もあるから

1度病院で診て
もらいましょ!!

うつ...でも
いびきでなんて
はずかしいなあ

作画/あさみさとる
監修/西松能子(医学・博士)



いびきは病気? だぞう!

修学旅行や友だちとの旅行で同室になった友だち
のいびきで眠れなかった...ってことありませんや?
もしかしたら、いびきをかいていた本人もちゃんと
眠れていなかったのかもしれないよ。