

## 我是不是要用 CPAP 一輩子？

- 有些較嚴重的患者，再大幅度減重、戒酒、生活習慣改變等多管齊下後，可以明顯減少呼吸中止的症狀，是有少數例子可能恢復到不需要用 CPAP。
- 但對大多數而言，CPAP 是要長期使用的，就好像近視要戴眼鏡一樣，如果呼吸中止發生的原因沒有消除建議長期使用 CPAP，以獲得良好睡眠及生活品質。