老年病研究所附属病院だより

連携室通信

平成30年
5月号
Vol.69

発行：公益財団法人 老年病研究所附属病院　広報委員会　・　ISO9001　認証取得　日本医療機能評価機構認定病院

睡眠時無呼吸症候群について

睡眠時無呼吸外来
前野　敏孝 医師

健康にとっては、バランスの良い食生活・適度な運動とともに適切な睡眠が重要です。そして、睡眠障害は様々ありますが、重要な睡眠障害の一つに睡眠時無呼吸症候群がございます。

睡眠時無呼吸症候群の患者さまは、日本では200～300万人と推計されており、大変多くの方が罹患していることになります。しかし、患者さまご自身は、なかなか自覚する症状がないことも少なくなく医療機関を受診されない方が多いのが問題です。

そして、睡眠時無呼吸症候群があるものの適切な診断と治療を行わずに放っておくと、高血圧・糖尿病・心筋梗塞・脳梗塞といった生活習慣病の発症を招いてしまう危険があります。最悪の場合は、突然死の原因にもなります。また、睡眠時無呼吸症候群の方は交通事故を起こしやすくなってしまいますので、交通事故を起こしてしまうと、身体的にも精神的にも社会的にも痛手を負ってしまいます。

当院では睡眠時無呼吸症候群の診断と治療を行っております。睡眠時無呼吸症候群は日中に診察をしても診断はできません。10秒以上呼吸が止まっている場合を“無呼吸”、10秒以上呼吸が弱くなっている場合を“低呼吸”とすることにしておりますが、就寝中に無呼吸や低呼吸の有無やその頻度を測定することによって、はじめて診断することができます。当院では、自宅で行う簡易検査も行っておりますし、入院で行います精密検査（ポリソムノグラフィー検査）も施行可能です。検査の結果に応じて治療法を検討しておりますが、CPAP療法（鼻にマスクをつけて機械から鼻を通して空気を送り込み気道の閉塞を解除する）も行っておりますし、口腔内装置（下顎を前方に出すことにより閉塞を軽減させるマウスピース）の作成も当院歯科口腔外科に依頼して作成して頂いております。

→２ページにつづく

なかなか患者さまご自身は自覚がない場合も多いのですが、“周りの方が見ていて寝ている時のいびきがすごく、呼吸も止まっていることがある”“日中の眠気が強くて、眠ってはいけないときに寝てしまう”“目覚めた時に頭痛がする”“しっかり寝ているはずなのに眠気が取れない”といった患者さまの場合には、睡眠時無呼吸症候群の検査を一度行ってはいかがでしょうか。また、高血圧の治療をしっかり行っているのに血圧のコントロールが極めて不良であるなど、生活習慣病のある方では特に睡眠時無呼吸症候群の有無への意識が必要だと思います。

当院では、今後も睡眠時無呼吸症候群の患者さまが適切な診断と治療を受けられるよう地域の皆さま方との連携を深めて診療を行っていきたいと考えておりますので、お気軽にご相談頂ければと存じます。睡眠時無呼吸外来を金曜日の午後に行っております。

現在、月２回のみでご不便をお掛けしております。月により外来日が異なることもあり、完全予約制となっておりますので、まず一度当院までご連絡頂き、ご予約の上で、患者さまの診療に対応させて頂ければと存じます。

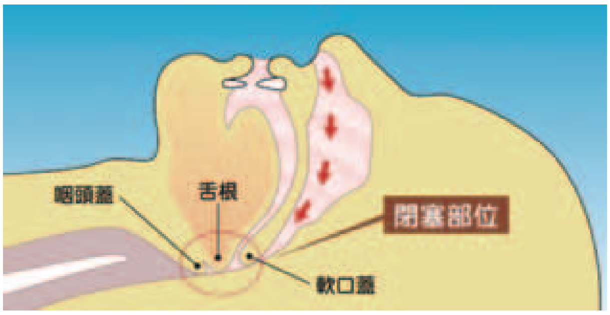
睡眠時無呼吸症候群は適切に診断することで、適切な治療をすることができます。治療により睡眠の質が向上すれば生活の質も向上します。生活習慣病の進行も緩やかにすることができます。起きている時のことだけでなく、寝ている時のことも考えてみることから始めましょう。

睡眠時無呼吸外来のお知らせ

診療日　金曜日（月２回・完全予約制）
ご予約の際は下記までご連絡いただきますようお願い申し上げます。

電話番号：027−253−4108
（地域連携室直通）

ポリソムノグラフィー検査



看護部　新入職員の挨拶

今はまだ入職して間もないためわからないことだらけですが、日々先輩方に見守られながら御指導いただき、老年病研究所附属病院の一員としていち早く一人前になれるよう努力している最中です。ご迷惑をおかけすることも多々あると思いますが、患者さまのお役に立つことができるよう精進して参りますのでよろしくお願い致します。

（看護師　伊藤奈々子）

この春から、准看護師として働き始め看護師になるために学校に通いながら、患者さまに安心して看護が出来るように、日々の関わりと学校での学びを活かしていきたいです。臨床経験は、まだまだ未熟ですが先輩方のご指導の下で看護師としての知識を身につけて行きたいと思います。至らない点も多々あるかと思いますが今後ともよろしくお願い致します。　（准看護師　山口ちひろ）

リハビリテーション部　新入職員の挨拶

理学療法士

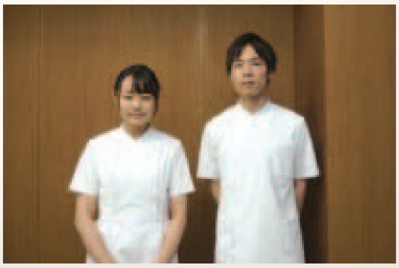
平成 30 年度新入職員となりました理学療法士 6 名です。
経験が浅く一人一人の力は微々たるものですが、協力しあって患者さまも病院も明るく元気にしていけたらと思います。
どうぞよろしくお願い致します。

作業療法士

この度、急性期病棟に２名、回復期病棟に３名が入職しました。
至らない点が多々あると思いますが、1 日でも早く戦力になれる様精進して参ります。
どうぞよろしくお願い致します。

言語聴覚士

４月より２名が新たに言語聴覚士として入職しました。
患者様に最善のリハビリテーションを提供し、地域社会に貢献していけるよう、精一杯頑張っていきたいと思います。
よろしくお願い致します。



第217回 老年病研究会のお知らせ

日本医師会生涯教育講座１単位
カリキュラムコード 32・意識障害 (0.5) 35・けいれん発作 (0.5)

- 日程　平成 30 年 6 月 5 日（火）　19：00 ～ 20：30
- 場所　ホテル 1-2-3 前橋マーキュリー『青嵐の間』
  群馬県前橋市大友町３－２４－１

特別講演

座 長　老年病研究所附属病院　副院長　神経内科　甘利　雅邦　先生

『高齢化社会における脳卒中後てんかん治療の新展開』

演 者　順天堂大学医学部附属浦安病院　脳神経内科　教授　卜部　貴夫　先生

※医療職の方に役立つ講演会です。　講演会終了後は、情報交換会の場を設けさせていただいております。

第218回 老年病研究会のお知らせ

日本医師会生涯教育講座 1.0 単位（76. 糖尿病 82. 生活習慣）

- 日程　平成 30 年 6 月 26 日（火）　19：20 ～ 20：30
- 場所　老年病研究所附属病院　新館６階　講堂

特別講演

座 長　老年病研究所附属病院　名誉院長　中村　保子　先生

『心血管イベントの抑制を考慮した高齢者糖尿病治療について』

演 者　群馬大学大学院医学系研究科循環器内科学　教授　倉林　正彦　先生

※医療職の方に役立つ講演会です。　講演会終了後は、情報交換会の場を設けさせていただいております。

6月の食事会のお知らせ

『いつでもできる！簡単・おいしい・楽しい食事』
～上手な食材の活用法～

<カシワバアジサイ>
花言葉：慈愛・清純な心
撮影者：松原信子様

- 日時：平成 30 年6月１日（金）
  12：00 ～ 講演会
  12：30 ～ 食事会
- 場所：老年病研究所附属病院
  新館６階　講堂

・枝豆ごはん
・豆腐のから揚げ
・マンゴーゼリー
・きのこスープ
・ごま味噌和え

熱量	408kcal
蛋白質	20.4g
食物繊維	4.9g
塩分	1.6g

参加ご希望の方は病院受付にお申し込みください。
会費 500 円　定員 65 名です。

担当　管理栄養士　合田

公益財団法人 老年病研究所附属病院
〒371−0847　群馬県前橋市大友町3−26−8　TEL 027−253−3311（代表）　FAX 027−252−7575（代表）
E−mail：info@ronenbyo.or.jp　ホームページアドレス　http://www.ronenbyo.or.jp/

地域医療福祉連携室・相談室
TEL 027−253−4108　FAX 027−253−4135