反復睡眠潜時検査（ＭＳＬＴ）

眠気の客観的評価で眠気を「見える化」します

ぐっすりーぷ

Vol.10 No.2
SAS支援会

〒151-0053
東京都渋谷区
代々木3-24-3
片平歯科クリニック内
電話
03-5371-3018

2面　「しょっぺ店の楽しみ方　旅情編　兵庫県加古川市立ち飲み」
1面　「反復睡眠潜時検査（ＭＳＬＴ）」
「新潟の楽しみ方　しょっぺ店」
「いびき症三兄弟　減量の巻」
「気になる医療ニュース」

日本歯科大新潟病院 睡眠歯科センターは反復睡眠潜時検査（ＭＳＬＴ）を開始します

日本歯科大学新潟病院睡眠歯科センター（日本睡眠学会専門医療機関B-0001-3）では睡眠ポリグラフ検査を用いて昼間の眠気を客観的に評価するＭＳＬＴを開始します。１９７７年に開発され、１９９２年に米国睡眠障害学会にて実施要項が定められましたＭＳＬＴは健康保険の適用が認められて日本睡眠学会専門医療施設で実施するよう勧められておりましたが、当センターでは人員不足などで実施が遅れていました。昨年より人員が増えましたので準備を開始し、今年から正式に実施することになりました。ＭＳＬＴの対象者は治療を行っても眠気が残遺する方です。前日に通常の睡眠ポリグラフを行い当日は朝から五回脳波検査で「如何に早く入眠するか」を繰り返し評価します。ナルコレプシーの補助的診断にもなります。

ＭＳＬＴ実施要項

検査前日
16：00 入院
17：00 画像検査
： 夕食
19：00 装着開始
21：00 睡眠ポリグラフ検査開始

検査当日
06：00 睡眠ポリグラフ検査終了
： 朝食
08：50 生体較正
09：00 第一回／MSLT開始
09：20 終了
10：50 生体較正
11：00 第二回／MSLT開始
11：20 終了
12：50 生体較正
13：00 第三回／MSLT開始
13：20 終了
14：50 生体較正
15：00 第四回／MSLT開始
15：20 終了
16：50 生体較正
17：00 第五回／MSLT開始
17：20 終了 装着外して退院

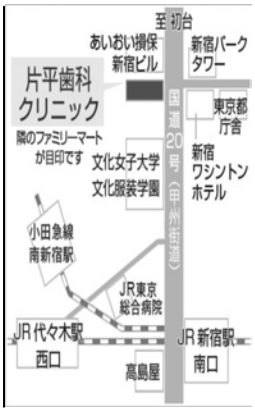
日本歯科大学新潟病院睡眠歯科センター
（日本睡眠学会専門医療施設 B-0001-3）

「しょっぺ店の楽しみ方　旅情編　兵庫県加古川市立ち飲み」

支援会会長　須田和行

先日出張で兵庫県の加古川市に行ってきました。もちろんしょっぺ店を楽しんできましたよ。加古川駅周辺を探索すると徒歩数分の圏内に立ち飲みのお店が5、6軒もありました。さすが関西。

そんな中、暗い通りに灯りが点る菊正宗の看板を発見。これは角打ちに違いないと当たりを付けたらビンゴ！。早速渋い佇まいのお店にのれんをくぐりました。入ったところに十数人飲めるコの字型カウンターにいかにも常連といった風情のシニア達が張り付き、左側には大小テーブルの二十人位は入れそうなスペースでサラリーマンがグループで盛り上がってます。隣の酒屋さんが経営しているらしく酒類が安い、またカウンターには肴の小皿やおでんに粕汁と私の大好物ばかり。ということで早速ビールに塩鯖焼き、辛子なすを注文。この客席数でお店の人は僅か女性が二人ですが、手慣れた様子で飲み物や肴の注文を捌いてます。ビールの次は酒、ということで地元兵庫のしぼりたて生原酒を頼んだらコップになみなみと注いでくれました。こういうところが気楽なお店のいいところです。肴はカウンターで湯気を立てているおでんから牛すじと名物の粕汁をチョイスしましたが、この粕汁が絶品でした。ちょっと落ちついたところでお母さんに何年位やってるのか聞いたところ「私が来てから五十年位」「先代からやってたから七十年くらいですかね」という返事。さすがにしょっぺ感満載な訳です。最後に「もう少し辛めでスッキリした感じの酒を」と頼んで飲んだのが新潟は妙高のお酒だったというオチがありました。旅先で新潟のお酒に出会いちょっと嬉しかったです。後で調べたらこのお店は岩崎商店という地元では結構有名な立ち飲みのお店。新潟から千キロ近く離れていますが、もし行く機会があったら立ち寄って頂きたい正真正銘のしょっぺお店でした。



医療法人康治会
片平歯科クリニック
www.katahiradental.com/

今月の気になる医療ニュース

全国の５８０校を対象に私立大学の授業料を学部別にみると、最も高かったのは歯学部の３１６万７０３８円で、医学部の２６６万７５８３円、薬学部の１４３万５１６７円とのことでした。

2416 アルツハイマー病症状改善に道
2417 脳卒中・心不全に関する紹介・搬送のタイミング
2418 急性腹症の搬送、注意点とエピソード
2419 患者の話はいつも真実とは限らない？
2420 世界初承認、α2作動性鎮痛剤で小児適応
2421 児の言語発達予測に有効な指標を発見
2422「入院中も仕事対応」８割　がんや心臓疾患の患者ら
2423 英語診療に自信ある？ 研修医向け試験で確認を
2424 睡眠剤事件、被告を提訴　交通事故で重軽傷の夫婦
2425 妊婦加算、2019年1月から「大臣の定める日まで」凍結
2426 心臓リハビリに思わぬ効用
2427 心エコー図検査による無症候性僧帽弁逆流症の予後予測
2428 女性が注意したい心筋梗塞の危険因子
2429 ０・０９ミリグラムで操縦に支障　パイロット飲酒で国交省案
2430 使用順序で費用対効果に差-抗精神病薬の組合せ比較
2431 クリスマスイブは心筋梗塞リスク増
2432 前方整位型スプリントの有効性評価に下顎上下運動が有用
2433 １０連休中の医療態勢調査へ　厚労省、来年３月に周知
2434 新規機序の睡眠薬「レンボレキサント」を申請
2435 知的活動は加齢による認知機能低下を防げない
2436「加熱前のクッキー生地の味見は危険」
2437 航空機からの飛び降り、パラシュートは身を守るのか?!
2438 レストランの料理はファストフードより高カロリー
2439「外来医師多数区域」での新規開業、2020年度以降厳しく
2440 私大授業料、１７年度９０万円　６年連続増、過去最高
2441 米高所得郡の主な死因、心疾患から癌へ
2442 増える高齢者てんかん　ぼーっとして無反応　認知症と間違え
2443 脳振盪後に自殺リスク倍増
2444 夜間の心理的ストレスには要注意？
2445 紀勢道のバス事故、運転手に「てんかんの疑い」
2446 がん遺伝子異常、加齢で増　飲酒や喫煙が促進、京大
2447 受診患者４割、医師に不満　精神科「時間が不十分」
2448「添い寝授乳で男児死亡」　聖路加病院、両親が告訴
2449 がんのリスク「飲酒・喫煙」で↑　遺伝子レベルで裏付け
2450 生活習慣悪化で脳卒中の危険２倍

（記事はファイルしてありますので、ご覧下さい）

連載「いびき症 三兄弟」　原作 河野正己

減量の巻　その4

編集後記

MSLTがいよいよ始まります。マウスピースの効果が十分にもかかわらず眠気が改善しない方々に朗報です。CPAPの方はマウスピースを併用してからの適応です。体内時計の異常を判定する深部体温検査もMSLTに合わせて実施します。日本睡眠学会の専門医療機関として最先端の睡眠医療を目指しますので、どうか引き続きご支援ください。（河）

本紙のホームページを立ち上げました

http://sleptwell.jp

編集部へのお問い合わせは goodsleep@sleptwell.jp まで

① 睡眠時無呼吸症候群を取り巻く病気（バックナンバー）
② コミック『いびき症三兄弟』（バックナンバー）
③ 気になる医療ニュース
④ 睡眠に関する耳より情報や豆知識

Many thanks to all our sponsors

こうの歯科
歯科・口腔外科
河野美砂子
中央区西堀通５
025-226-6050

恩田クリニック
心療内科・内科
恩田　晃
柏崎市東本町１
0257-21-6788

古町心療クリニック
心療内科・精神科
村竹辰之
中央区西堀前６
025-224-7771