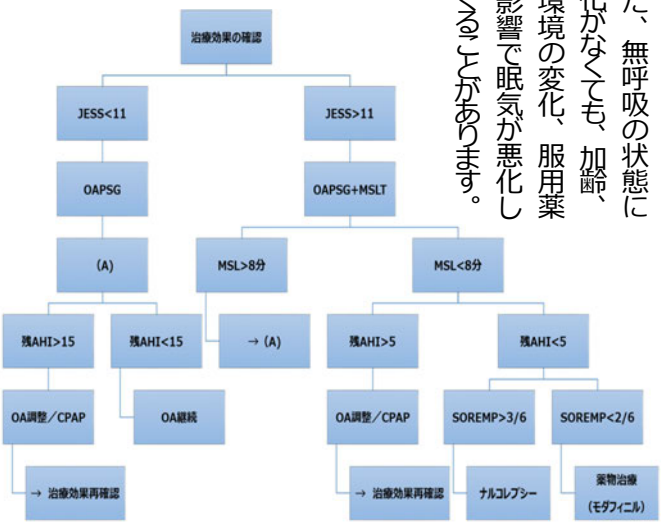
定期的に 睡眠ポリグラフ検査を受けましょう

ぐっすりーぷ
Vol.10 No.11
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

睡眠時無呼吸症候群は加齢に伴い病態が変化することがあります。最初は上気道の窒息による閉塞性睡眠時無呼吸症候群であったのが、呼吸中枢（呼吸の司令塔）や心臓の機能が弱って中枢型無呼吸が増えてくると気道閉塞に対する治療では効果が出にくくなります。また、無呼吸の状態に変化がなくても、加齢、住環境の変化、服用薬の影響で眠気が悪化してくることがあります。

CPAP患者は内部データで病態の変化を察することはできますが、マウスピース患者は睡眠ポリグラフでしかわかりません。どうか安全医療のため睡眠ポリグラフ検査を定期的にお受けください。眠気が強い場合は左図のようにMSLTを行い適切に治療します。



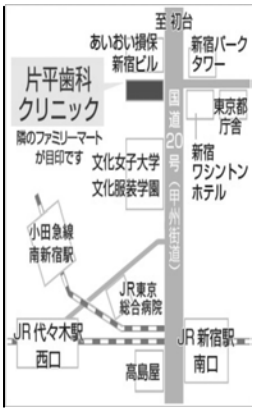
1面
「定期睡眠ポリグラフの勧め」
「しょっぺ店　おふくろの味案山子」
2面
「気になる医療ニュース」
「いびき症三兄弟　診断の巻」

「しょっぺ店の楽しみ方21　おふくろの味 案山子篇」

支援会会長　須田和行

新潟市の台所本町市場にある人情横町。乾物屋、蕎麦屋、魚屋などが並ぶレトロなその商店街の向かいにあるのが「おふくろの味 案山子」さん。

こちらのお店は開店から三十数年の歴史があり、あの吉田類さんと並び私の敬愛する居酒屋探訪家太田和彦さんも訪れたお店です。案山子と書かれた真っ赤な提灯とのれんの店頭はスッキリした印象で、お邪魔した日は飲み会後の平日遅めの時間だったのですが、お店は細身で年配のご主人とアルバイトらしい若い女性の二人で切り盛りしてました。早速カウンターに腰を落ち着け、お店おすすめ旨口の夏酒から妙高の鮎正宗生原酒をチョイス。お通しをつまみながら店内を見渡し、おすすめ品の黒板からアジの南蛮漬けとくじら汁を注文です。黒板に市場が休みですと書いてるのはなかなか正直な感じがしていいですね。L字型のカウンターが八席とテーブル合わせて三〇席ほどの店内は昔のビールのポスターが張られていたりちょっとレトロな感じですが、床や壁などは掃除が行き届いて綺麗です。早速届いた南蛮漬けはしっかり酢もきいて骨まで柔らかく旨口の日本酒に合いますなぁ。夏の新潟なら外せない熱々のくじら汁も味わい、じんわりと酔いもまわってきました。すかさず鶴齢の特別純米に切り替え大好物の目刺しを注文。日本酒にはやはり焼き魚は外せませんね。こちらの日本酒のラインナップは新潟の有名銘柄はもちろん、新潟市内ではあまり取り扱いの無い蔵元のお酒もリーズナブルな価格で、酒肴は栃尾のあぶらげ、のっぺなど新潟人には馴染みのものから自家製のコロッケなど、派手さはないけど安心できるものが揃ってます。大勢でワイワイというより、一人でじっくり又は少人数で落ちついて飲む、そんなシーンが似合うしょっぺお店です。



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

連載「いびき症 三兄弟」　原作 河野正己

診断の巻　その5

今月の気になる医療ニュース

2754 インフル集団感染、清拭材で抑制効果確認
2755 目の動き捉え認知機能検査　３分で結果、大阪大開発
2757 「1日おき断食」ダイエットは減量に有効？
2759 頭蓋骨がん手術、フレイルが合併症の予測因子
2761 安楽死は誰の意思で判断されるべきか
2762 鎮痛薬の使い方、こんなときどうする？「痛み」を科学する？
2764 幸福感が強い人の脳は"ゆらぎ"が少ない
2765 睡眠剤事件の女に賠償命令　千葉地裁、１千万円
2766 せき止め乱用、１０代で急増　危険ドラッグはゼロに
2767 米製薬会社が破産申請　オピオイド訴訟支払いで
2768 独居男性へのワルファリン処方には注意が必要？
2769 「目の動き」の解析で認知機能評価、新技術を開発
2770 喘息とCOPD、共通点と相違点
2771 中年期の小梗塞＋大梗塞で認知機能低下リスク増
2772 医療安全管理部長として経験した群大腹腔鏡事故問題
2773 医師の死、闇から闇に葬られず議論できたのは有意義
2774 安定軽度心不全の利尿薬短期中止は安全
2775 抗潰瘍薬ザンタックを自主回収、海外で発がん性物質検出
2776 致死的な不整脈治療に放射線療法が有望
2777 百歳の車、男性はねる　「気付いたら歩道に」新潟
2778 公立・公的病院再編：新潟県内、２２施設が対象
2779 厚労省医務技監「医療はまさに分水嶺」
2780 公立病院、赤字８４０億円…１８年度自治体決算
2781 夜更かしする10代女子は太りやすい？
2782 自閉症患者は併存精神疾患の有病率高い
2783 ペースメーカー植込み後6カ月間は心不全リスク増
2784 SGLT2阻害薬、DPP4阻害薬に比べ心不全と全死亡リスク低
2785 イ草の香り、安眠効果を科学的に裏付け
2786 突然腰部に激痛、脊髄硬膜外血腫を知る
2787 一流のビジネスパーソンでも排尿時間は削らない
2788 菜食主義者は心疾患のリスク低く、脳卒中のリスク高い
2790 脊髄硬膜外血腫と脳卒中を「急ぎでも正しく」見分ける方法
2791 ホルモン補充療法の転帰、両側卵巣摘出の有無で差なし
2792 脳卒中後に起きる認知症　検査は半数以下、発症率は３割
2795 海藻食べると心筋梗塞減　がんセンターが追跡調査
2796 豪の大麻解禁で注意喚起　日本人は所持で処罰も
2797 一部の患者で痛風薬使用により重篤な皮膚反応のリスク増
2798 低所得高齢者の健康状態、富裕地域の居住者ほど良好
（記事はファイルしてありますので、ご覧下さい）

編集後記

台風19号で被害を受けられた皆さまに心よりお見舞い申し上げます。例え被災でCPAPを使えなくなっても諦めないでください。睡眠学会の専門医療機関はマウスピース治療が可能な歯科医院と連携しています。そこに受診してマウスピースを作れば治療が継続できます。身の安全が確保できたら、良質な睡眠を十分に摂って粘り強く復興できるよう気力体力を保ってください。（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