睡眠時無呼吸症候群と肝臓疾患

日本歯科大学医科病院内科の前向きコホート研究

かんじんかなめ（肝腎要）と言われるほど重要な臓器「肝臓」。その肝臓にも睡眠時無呼吸症候群（ＳＡＳ）が悪い影響を与えることが日本歯科大学内科学講座（医科病院内科）の廣野准教授により明らかにされ、新潟市医師会報に研究内容が掲載されました。

ＳＡＳは睡眠中の間歇的な低酸素を生じて高血圧や糖尿病、脂質異常といったメタボリックシンドロームの原因となることは知られている。今回の研究で、ＳＡＳの治療をすることで非アルコール性脂肪性肝疾患（ＮＡＦＬＤ）の炎症が改善することがわかった。ちなみにＮＡＦＬＤは非アルコール性脂肪肝（ＮＡＦＬ）と中年以降の女性に多く肝硬変や肝がんに進行する可能性のある非アルコール性脂肪肝炎（ＮＡＳＨ）に分けられる。ＣＰＡＰを使用することでＮＡＦＬＤが改善するばかりでなく、危険なＮＡＳＨへの進行を防ぐことができると考えられた。

ＳＡＳとＮＡＦＬＤは因縁が深い関係なので、**非アルコール性脂肪性肝疾患と診断されたら睡眠時無呼吸症候群の存在**を考えて欲しいと結んでおります。

研究報告
「ＯＡ治療後の残遺眠気の検討」

小野澤　彰（歯科オノザワ）
片平治人（片平歯科クリニック）
石井友季子（片平歯科クリニック）

睡眠時無呼吸症候群（ＳＡＳ）の治療にマウスピースを用いた後の眠気を歯科オノザワ（東京）の小野澤　彰先生（日本睡眠学会歯科専門医）が調査し、睡眠呼吸障害研究会に報告する。

調査の結果は、治療を行った４７例中１７例（３６％）に残遺眠気が認められた。残遺眠気を有する症例の中には、マウスピースにて無呼吸低呼吸指数が５回／時未満と完璧な効果を示した症例も含まれており、さらなる精査のため反復睡眠潜時検査（ＭＳＬＴ）を行う必要があると述べている。

ぐっすりーぷ
Vol.10 No.12
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　1面
「ＳＡＳと肝臓」
「しょっぺ店　高田仲町はしご酒」
「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　旅情篇その４　高田仲町はしご酒篇」

支援会会長　須田和行

上越市の高田に行ってきました。高田は若い時仕事でしばらく住んでいた懐かしい町でしたが、久しぶりの繁華街仲町は陽の高い夕方早い時間では人通りもまばらでした。

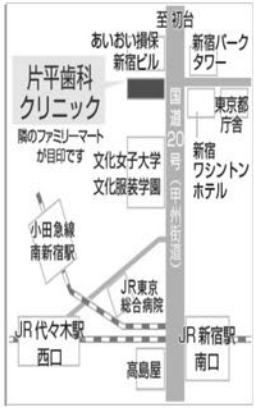
店構えなど品定めしながら歩いていると、おっ！いい感じの焼き鳥屋さんが。早速紺の暖簾をくぐり「みっちゃん」に入店。入口と奥に座敷席とカウンター6席ほどのこぢんまりとしたお店です。まずは生ビールとお通しの牛すじ煮込みでぐびぐびと。串焼きは手書きの伝票に自分で本数を書いて注文というやり方ですが、牛すじ煮込みがことのほか旨く、串焼きの白モツ、レバー、鶏皮も良い焼き加減で雰囲気も良く大満足でした。こちらは老舗の有名店で某雑誌の焼き鳥部門で1位を取ったそう。

さて2軒目はとまたブラブラして見つけたのが「すりみ居酒屋銀ちゃん」。

高田の老舗蒲鉾店プロデュースのお店らしく店内外に蒲鉾、すりみの文字が躍ります。それではと早速お店イチオシのしんじょう盛り合わせを頂くと、海老、枝豆、豆腐の3種類をアツアツに揚げてフワフワな食感がたまりません。これには妙高の銘酒千代の光がピッタリ合いますな。すりみ、かまぼこだけでなく、おでん、焼き鯖の切り落とし、塩辛などしょっぺメニューも充実。店内は綺麗だけどなかなかのしょっぺ感満載ですね。こちらは敬愛する居酒屋探訪家太田和彦さんも訪れ、「いいお店だね～」と評したとか。

そして既に抑えの効かない呑兵衛オヤジは、仕上げの3軒目に。高田駅前へ移動し2年ほど前にオープンしたクラフトビールと燻製料理のお店「ORION」へ。週末で混み合うお店のカウンターで3種類のビール飲み比べセットを頂き、燻製料理をつまみながら夜が更けていきました。

さすが高田仲町、なかなかじっくり楽しめるお店がありました。是非、高田でしょっぺくていいお店を探してみて下さい。



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

セファログラム診断の巻　その1

今月の気になる医療ニュース

2799 ６０代後半女性の体力向上記録更新
2800 抗生物質ウイルスに効かず　理解している人３７％
2801 乳児も「上に立つ者の方が優位」と判断していることが判明
2802 入院中の病児の家族に滞在の場を　新大病院
2803 双子の出生率が米国では減少に転じる
2805 無給医問題、「医師のやりがい搾取」「裸の王様」
2806 睡眠薬整理へ専門外来開設-減薬方法を地域医に提案
2807 手首の脈で隠れ糖尿病推定　京セラがＡＩ解析システム
2808 女児の夜型クロノタイプが肥満と関連
2809 カラーコピーで処方箋偽造、睡眠薬など詐取
2810 インフルエンザのワクチン接種は早めに
2812 妊娠早期の貧血が児の神経発達障害リスクと関連
2813「重大なことだと認識を」　製薬会社提訴
2814 人間の軟骨は自己再生できる？
2815 頭頸部扁平上皮がんのメトホルミン、がん微小環境を好転
2816 苦しむ有床診療所　10年で4割減
2817 ステップ3　経口第三世代セフェムを使うのは止めよう（前編）
2818 2型糖尿病患者はインフルエンザ入院の頻度高死亡率は低
2819「引きこもり」新定義　聖隷大准教授「国調査では不十分」
2820 睡眠剤６人殺傷、１２月判決　東京高裁で即日結審
2821 ありふれた降圧薬で自殺リスクが高まる？
2822 ステップ3　経口第三世代セフェムを使うのは止めよう（後編）
2823 月経不順の女性は寿命が短い？
2824 インフルエンザの疫学と臨床現場2019、課題は耐性ウイルス
2825 発達障害の子どもが感じる「不安」、ASDでは特に高い結果に
2826 成人期の体重変化と死亡リスクの関連が判明
2827 ブルーライトは老化を早める？
2828 テレビを見ている時間が長いほど、糖やカフェインの摂取増える
2829 楽観主義だと心血管と死亡リスクが低下する可能性
2830 思春期の性格特性が50年後の認知症リスクと関連
2831 降圧薬は「就寝前」に服薬すべき？
2832 NAFLDでは女性のCV疾患多い
2833 入れ歯の手入れを怠ると肺炎発症リスク1.3倍上昇
2834 糖尿病でなくてもHbA1cが高いと痛みに鈍くなる
2835 最先端の放射線治療装置、導入相次ぐ 新潟県内
2836 カマンベールチーズ摂取で認知症予防の可能性
2837 降圧薬は就寝前服用で心血管リスク低下
2838 SGLT2阻害薬はなぜ心不全・CKDにも効くのか
（記事はファイルしてありますので、ご覧下さい）

編集後記

研究。関連施設によって行われた研究を紹介しました。センターでは、患者の利益にならない研究はしません。すべての研究が、よりよい臨床を求めるものです。

協力。すでにご協力いただいている方も多く、本当にありがたいことと感謝しております。

師走となりましたが、来年も他のどの施設にも劣らない臨床を心がけます。どうかご支援をお願いします。（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

http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp　http://sleptwell.jp