

もし新型コロナウイルスの感染が疑われたら！
家庭内の集団感染回避のため

CPAPは個室で使い、室内の換気をこまめに行う

マウスピースが許されているならマウスピース（マスクを併用）を使う

新型コロナウイルスが飛沫を介して拡散するため「通常の呼吸や会話だけで感染する恐れがある」と米国疾病予防管理センター（CDC）が警鐘を鳴らしているさなか、3月29日付の米国公共ラジオ局（NPR）がワシントンの養護施設でのC PAPに起因する新型コロナウイルスの集団感染を報道し、感染者がC PAPを使うとウイルスが室内に撒き散らされる危険を指摘しました。

とは言え、睡眠時無呼吸症候群も致死的な疾患ですので、米国のCPAPメーカーに事実確認と改善策の提示を要求しました。しかし即座の対応はできませんので、もし感染が疑われた場合の対策は

①CPAPは個室で使い、完全に換気されるまでは家人の入室を禁止してください。

②マウスピースはCPAPのようにウイルスを撒き散らすことはありませんが、念のため市販のマスクと合わせてお使いになることをお勧めします。

定期的な検診で感染を確定することはできませんが、体温、感染要因（咽頭痛、咳や呼吸苦、倦怠感、嗅覚や味覚障害など）の確認、必要に応じて呼吸数や酸素飽和度などのチェックは可能です。

不幸にもPCR検査が陽性となり新型コロナウイルスの感染が明らかになった場合は感染専門病院の担当医の指示に従ってください。

「しよっぱ店の楽しみ方
情篇5 富山高岡はしご
酒篇」

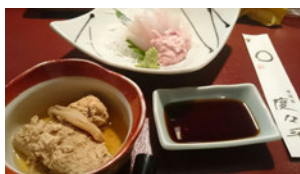
支援会会長 須田和行

富山の高岡市に行って
きました。地元情報を仕
入れてい
ざ街へ！

まず高
岡駅前
のビル地下
1階にあ
る「居酒屋
屋度々平

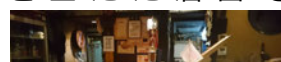


さんへ。民芸調の店内は
カウンターとテーブルな
ど40席位で、富山の魚
とお酒、家庭的な手作
り料理もあるお店です。最
初にカワハギの刺身の肝
付きと生ビールを注文、
お通しは大好物の鱈子煮
です。おお、刺身が旨いっ！
いわゆるキトキトのお魚
ですね。お刺身や焼魚な
どは若干お高めですが鮮
度抜群なのと、気さくな



女将さんがいる居心地のいいお店でした。

2軒目は飲み屋街のど真ん中「陣太鼓」さんへこちらは40年以上の歴史があるお店で、低いくぐり戸から店内に入ると渋い炉端焼き風のカウンターに小上がりなどと結構広いです。富山の地酒が飲みたくなったので、3種類の地酒飲み比べセットと、料理はこちらの名物らしい「ととまる」というのを注文。お好み焼きみたいなのかと思いましたが、食べてみたらサクサク食感のすり身を揚げた



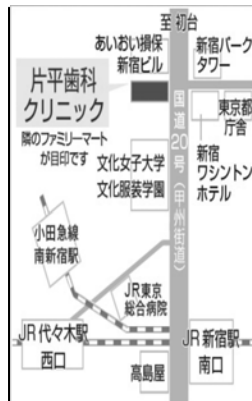
もの、といった感じだな
 かなかの美味でした。そ
 の他氷見のブリ刺身と地
 酒を堪能し、
 もう止まらなくなった
 飲んべえオヤジはシメの
 焼き鳥でもう1軒、「や
 きとり太珠」さんへ。赤
 い立て看板が目印で、力
 ウンターにテーブル小上
 がりとごく普通の個人経
 営の焼き鳥屋さんです。
 おでんと焼き鳥を3種類
 注文し、口直しにビール
 をグイッと。出汁のきい
 たおでんにはとろろ昆布
 が入っていますね。コン
 ビニにもとろろ昆布おに
 ぎりがあったり、富山県
 人はとろろ昆布好きなん
 ですかね。焼き鳥もいい
 焼き加減で美味しく、テ
 キパキした接客が気持ち
 のいいお店でした。
 今回もたっぷり高岡の
 夜を堪能、居酒屋いいで
 すねえ。

ぐっすりーぽ

Vol.11 No.5
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

1面	「家庭内の感染を回避のため」
2面	「しよつぺ店 富山高岡編」



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

治療の巻 その3



21

今月の気になる医療ニュース

- 3076 大型クルーズ船の検疫隔離対策の有効性を評価
- 3077 クルーズ船のCOVID-19症例、寛解後もPCR検査陽性が続く
- 3078 国内最多の感染者、北海道が「突出して多い理由」
- 3080 「全部ろそだ」中国・武漢市民が怒りの叫び 政府高官の視察
- 3081 睡眠パターンが不規則な中高年は、循環器疾患リスクが2倍
- 3083 新型コロナ、パンデミックの恐れ「非常に現実的」WHO
- 3086 糖尿病、腸内細菌が好影響 代謝物が発症抑制、京大
- 3087 食生活の質は精子に影響する？
- 3088 WHOテドロス事務局長、「新型コロナウイルスはパンデミック」
- 3091 両親が肥満の小児、睡眠不足で肥満リスク増
- 3092 「対策なし」なら日本人感染者は約1147万人
- 3093 視交叉上核に眼圧の概日リズムを制御する仕組み
- 3094 健康には「座る」よりも「しゃがむ」方がいい？
- 3095 武漢のCOVID-19症例、高分解能CT所見の特徴
- 3096 準備不足で行う激しい運動で心血管イベントリスクが上昇
- 3097 メンコリア特徴を有するうつ病判定に、MRI検査とAIを用いる
- 3098 FDAが精神障害者に対する電気刺激装置の使用を禁止
- 3099 新型コロナでフェビピズルの有効性を確認
- 3100 妊娠初期の母体の歯周病は、胎児の発育に影響を与える
- 3101 ヘディングの神経眼科的機能への影響
- 3102 低用量アスピリンで肝細胞がんリスク低下
- 3103 パーキンソン病の眼症状状に注意
- 3105 欧米学会がCOVID-19の嗅覚喪失に関する注意喚起
- 3106 鼻経路手術、延期・中止へ 感染と医療前製防く狙い
- 3107 「降圧薬でCOVID-19は重症化しない」米国3学会が声明
- 3108 ティーンの間で肥満が「伝染」する？
- 3110 風邪コロナによるCOPD等の悪化、呼吸器疾患吸入薬で抑制
- 3111 白内障手術でメトニン分泌増加、着色レンズでも
- 3112 デンカが糸魚川でアピガンの原料生産へ 新型コロナウイルス治療に
- 3113 急性緑内障発作を他科で見分けるポイント
- 3114 残業が月61～80時間の男性はまるでナンサーズハイ？
- 3115 米若年者の食事の質、半数以上に不良
- 3116 3大栄養素の摂取量と死亡率に関連するかな
- 3117 新型コロナウイルス予防にBCGで「重篤な副反応リスク」も
- 3119 アスピリンに認知症予防効果なし
- 3120 運転免許の有効期限延長措置、7月末の人にも 警察庁
- 3121 院内感染、3割は医療関係者が発端
- 3123 歩行の速さより「歩数」、「1日1万2,000歩」で死亡リスク低下
- (記事はファイルしてありますので、ご覧下さい)

中 国が放ったウイルスが世界の中にまん延しております。もしこれが生物兵器だとしたら核兵器以上の恐怖です。

中 世ヨーロッパのペスト禍以来の強敵に医療従事者は、自らも感染らない、そして誰にも感染さない覚悟で総力を挙げて戦っております。

中 でも歯科医師や歯科衛生士は、目立ちこそしません、ウイルスが侵入する口腔や咽頭という健康の砦を命がけで守っております。洵

編集後記

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

患者さんの
Quality of Lifeの向上が
テイジンの理念です。

帝人ファーマ株式会社 帝人在宅医療株式会社
〒100-8585 東京都千代田区森が丘3丁目2番1号

TEIJIN

FUKUDA DENSEI 医療機器専門メーカーとして、さらなる発展を目指します。

フクダライフテック 北信越(株)
0120-159-303