"リニューアル"

本紙のホームページが10年ぶりに大幅改訂されました。PCにもスマートフォンにも対応し、ご利用者の利便性が向上しております。引き続き、新しいホームページをお楽しみください。

ぐっすりーぷ
Vol.15No.3
SAS支援会
〒951-8061
新潟市中央区
西堀通5番町
こうの歯科
(担当：河野)
025-226-6050

1面　「ホームページのリニューアル」
「須田会長のしょっぺ店の楽しみ方」
2面　「気になる医療ニュース」
「思い出のぐっすりーぷトピックス」

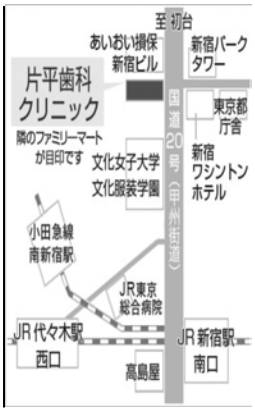
しょっぺ店の楽しみ方　番外
「仙台・松島旅行　前編」

支援会会長　須田　和行
新潟バーベキュー協会長

ＪＲ東日本の1日1万円乗り放題切符で仙台・松島に行って参りました。仙台駅に降り立ったのは実に４０数年ぶりでしたが、月曜日にもかかわらずお目当ての牛タン屋さんはお昼時という事もありなんと２～３時間待ち！と言うことで断念して比較的行列の短い駅ビルの牛タン通り「利休」でクラフトビールと共に牛タン定食を頂きました。

ホテルのチェックインまで時間があるので駅近のクラフトビール専門店で3種飲み比べセット、また隣のお店でベルギービールと昼からはしご酒で既に暴走気味の有様です。飲んべえは困ったものですね。夕方までホテルで一休みしてから本番の横町巡りへと出陣。仙台は１００万人都市ですが、「仙台銀座」「文化横町」「いろは横町」など昭和の香り漂う横町・小路に飲食店が軒を連ねる場所が沢山あります。現地の知人と文化横町で飲む前にまずはお決まりの小路散策でしょっぺ店を探していい店発見！店名と同じくよもぎ色の暖簾をくぐりカウンターに着座すると、銅製のお燗器に湯気の立ち上るおでん鍋とまるで絵に描いた様ないい雰囲気です。看板にもあるおでんとビールを注文して一息入れていたら、地元グループの方と話が始まって周辺情報を教えて頂いたりと意気投合。こういう偶然の出会いが旅の醍醐味なんですよね。知人との予定時刻になったのでお店をおいとまして約束の文化横町で知人と再会。平日でしたので一通り飲んだところでお開きにして、飲み足りない私はまた一人で小路を彷徨って二次会にワインバーを見つけ、ワインで仙台の夜は更けていくのでした。

（後編に続く）



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

The Good Sleep Archives (22)

いびき　歯ぎしり　寝言

平成２８年版Medical Diaryへの寄稿文

第６巻８号（2015年８月）

⑶　「治療のカテゴリー」は６種類

いびき症の治療は開発された順に第一世代、第二世代、第三世代に分かれております。

第一世代の頃は、まだ無呼吸のメカニズムがわからなかったため、気道をバイパスさせるという方法でした。

第二世代になって無呼吸の原因が舌と軟口蓋だとわかってきましたので、その部分を縮小する方法が考えられました。

第三世代は、顎の骨格が最も大きな原因とわかり、それを拡大する方法が考えられました。

それぞれの世代で手術療法と非手術療法が開発されましたので、三つの世代と二つの療法で、治療法は六つのカテゴリーに分類されます（表）。

かつて一世を風靡しましたCPAP（シーパップ）治療は分類では第二世代の非手術療法に相当し、今や古い治療法です。最も新しいのは第三世代のオーラルアプライアンス（マウスピースの正式名称です）と顎骨の拡大手術です。これらはとても高価な治療法ですが、日本では歯科の健康保険が利きますのでシーパップよりも格安で受けることができます。

治療法の分類	第一世代（気道のバイパス）	第二世代（軟部組織の減量）	第三世代（顎骨格の拡大）
手術療法	気管切開	軟口蓋手術	顎骨手術
非手術療法	エアウエー	シーパップ	マウスピース

⑷　次号予告

寝言と歯ぎしりは「レム睡眠行動障害」

今月の気になる医療ニュース

4532 GLP-1受容体作動薬は「日本人の糖尿病病態」にも有効か？
4533 医師が疑義照会に対応する義務はあるか？
4534 原発開放隅角緑内障と糖尿病網膜症が関連
4535 往診と訪問診療の違いを踏まえて算定していますか
4536 慢性疼痛治療の医療用大麻で不整脈リスク上昇
4537 「医原性」のアルツハイマー病の可能性
4538 「咳が1カ月以上続くのですが、喘息でしょうか？」
4539 体重減少後1年間の上部消化管がんリスク増加
4540 ドブス判決後、即時中絶禁止の州で不安とうつ症状増加
4542 歯磨きは入院患者の肺炎リスクを低下させる
4543 変わる「これ以上良くならない」の閾値
4544 鼻出血の止めかた
4545 肥満の思春期児、HbA1c6.0%超で糖尿病リスク大幅増
4546 NAFLD、NASHを病名変更する理由
4547 ピロリ除菌後の胃がん発症リスク、PCAB長期使用で高まる
4548 花粉アレルギーの患者が摂取を注意すべき食物は？
4549 肥満の変形性関節症患者での減量は「ゆるやかに」が重要
4550 生体腎ドナーは非ドナーより椎体骨折リスク高い
4551 2型糖尿病の改善に「薬用マウスウォッシュ」によるうがいが有効
4552 急性PE、低リスクでも救急受診後の帰宅は3分の1
4553 コロナ禍で日本の「デジタル敗戦」が顕著に
4554 認知症のBPSD、8割近くが漢方薬の処方あり、「抑肝散」が最多
4555 殿様枕症候群―特発性椎骨動脈解離と高枕の関係
4556 次世代分子ツールによる剖検でSIDSに新たな知見
4557 PFASの診断と治療のポイント
4558 認知症への抑肝散「3ヵ月で幻覚・攻撃行動が消失」「即効性」
4559 肝硬変患者では味覚と嗅覚が有意に障害される
4560 moderately- late preterm児の神経発達障害リスク高い
4561 足がしびれてしびれて……
4562 高リスク型HPV感染女性でCVD死亡リスクが上昇
4563 小児アトピー性皮膚炎、早期診断と治療が重要な理由
4564 顎関節脱臼の整復方法
4565 運動記憶の形成に活性酸素が必要、過剰な抗酸化物質は弊害
4566 dyspnoea―人工呼吸患者における最大の苦痛を知り軽減する
4567 呼吸器科医の紹介状に込められた"わかっていない医師"への啓発

編集後記

ぐっすりーぷ発刊から15年、ホームページ立ち上げから10年の節目になりました。ホームページの目玉コーナーである睡眠障害自動診断も10万人以上にご利用いただいており、皆さまの日頃のご愛顧に感謝感激です。

新ホームページはスマートフォンにも対応させ、ご利用者の利便性がますます高まっております。また、コミックス「いびき三兄弟」の全ストーリーやご好評いただいたぐっすりーぷトピックスも閲覧しやすくしました。（河）

本紙のホームページが大きく変わりました

http://sleptwell.jp/

① 睡眠障害自動診断（その場で結果がでます）
② 本紙のバックナンバー（第１号から全号）
③ コミック『いびき症三兄弟』（全巻）
④ 好評いただいたトピックス集
⑤ 睡眠に関する耳より情報や豆知識

こばやし内科
すいみん医科歯科センター　医科本部
内科・歯科
小林義昭
河野正己
中央区紫竹山6
025-246-5600

こうの歯科
すいみん医科歯科センター　歯科本部
歯科・口腔外科
河野美砂子
河野　茜
中央区西堀通５
025-226-6050

古町心療クリニック
すいみん医科歯科グループ
心療内科・精神科
村竹辰之
中央区西堀前６
025-224-7771

TEIJIN
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

FUKUDA DENSHI
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