

来る2月9日 第2回 日本ポリソムノグラファー研究会甲信越支部例会  
来る2月16日 第50回 睡眠呼吸障害研究会

来る二月九日に新潟市で開催される「第二回日本ポリソムノグラファー研究会甲信越支部例会」に特別講演の講師として参加します。この研究会を主催するポリソムノグラファーとは、睡眠ポリグラフ検査を専門に行う臨床検査技師のことで、皆様も一度はお世話になったことがあるはず。睡眠ポリグラフという検査は、日本睡眠学会で資格を得た医師、歯科医師、臨床検査技師が行うことができる検査ですが、その主体となるのは、やはり日本睡眠学会の有資格者が最も多い臨床検査技師の方々です。その業務は、検査日には遅くまで残って脳波や筋電図などの電極を被験者に貼り、その波形を判定しやすいうように整え、電極に異常が起きた場合は夜中でも対応し、翌日は、その検査結果を判読するという大変な仕事です。今回の講演では、睡眠ポリグラフで判読しなければならぬ疾患のうちで寝言や歯ぎしりなどのレム睡眠行動障害の診断に関することや誤嚥性肺炎の予防につながる正常嚥下や異常嚥下の判定法や誤嚥（ムセ）の早期発見法などについて講演してまいります。

さて、来る二月十六日は東京都千代田区の東商ホールで第50回睡眠呼吸障害研究会が開催されますので、レム睡眠行動障害の診断に関する研究を発表してまいります。この研究会の特別講演には、京都大学の陳 和夫教授による「睡眠呼吸障害、最近の話題」という内容の講演が予定されております。もし興味深い内容がありましたら、この紙面上でご紹介いたしますので、乞うご期待を。

# ぐっすりーぷ

Vol.4 No.2  
SAS支援会

〒950-0962  
新潟市中央区出来島2  
ととや内  
電話025-285-2133

2面 1面  
「研究会報告」  
「いびき症 三兄弟 登場の巻①」  
「出張報告 臨床(宅)研究会参観」  
「新年会報告」

## いびき症 三兄弟① 登場の巻

いびき症は三人兄弟です。長男の睡眠時無呼吸症候群さんは、睡眠中になんども無呼吸となって酸素不足が起これ目覚めるという、もうりっぱな大人がいびき症です。次男の上気道抵抗症候群さんは、まだ無呼吸こそありませんが呼吸が苦しくなるほど大きないびきをかいてなんども目覚めるようになりまして、もうすぐ大人のいびき症の仲間入りです。三男の単純性いびき症さんは、大きないびきをかいてもお兄さん達のように呼吸や睡眠の障害はありませんのでいびき症の中ではまだまだ子供ですが、いつ二人のお兄さんのようになってしまうか心配しております。

ではSR(エス・アールアカデミージャパン)の誇る美人レポーターさんに、いびき症三兄弟にインタビューをしてみましょう。



連載「いびき症 三兄弟」 原作 河野正己  
登場の巻 その一



出張報告

臨床CPAP研究会 第二弾

熊倉ちあき

先月号に続き、12月8日(土)に開かれた臨床CPAP研究会の報告です。今回はクリーガー先生の特別講演についてですが、日々皆様のお話をお聞きする者として大変重要な内容でした。それは、CPAPを使いたがらない理由はいくつかに分類し、患者が抱える問題をどのように解決しCPAP治療にご理解をいただくか、といった内容でした。沢山の例が挙げられましたが、その中から、まずはCPAP使用中の音(風の音、モーターの音、etc...)が気になって眠れないという問題です。長年、睡眠時無呼吸症で受診されている方はすでに「存知かとは思いますが、騒音で言うならCPAPが発する音よりも、CPAPを使用しないで眠る夜に出るいびきの音の方がよほど騒音の指数が高いのです(！)。これでは、ご自身だけでなく、御家族の健康な睡眠も妨げてしまいます。

また、アメリカという国ならではの、軍隊に所属する患者が抱える問題も学ぶ事ができました。米軍では無呼吸症患者にはCPAPでの治療が義務付けられているようです。治療をしていなければ戦場でも居眠りをしかねないので当然除隊です。戦場に出れば命の危険を伴う軍隊での治療が義務付けられている事から、CPAP療法がいかに重要かが分かりますね。(しかし軍隊で肥満の方が少なくない事には驚きました...)但し、兵士の患者の中には、心理状態の問題からCPAPをどうしても使用できない方がおられるとの事でした。湾岸戦争時や、IIのテロ後の毒ガスマスクの使用による PTSD(心的外傷後ストレス障害)です。CPAPのマスク装着時に、どうしても戦争やテロの記憶がフラッシュバックするそうです。CPAPでの治療を受けたくても使用することができない、それによって仕事を失う、何とも辛い問題です。

使用率の向上についてもお話がありました。心疾患、

脳血管障害等、重篤な病気の予防の為に使用しなければ意味がありません。国によってはCPAPの使用率が悪いと保険の適用外となる国もありますが、日本はそれについては厳しい規則は課せられておりません。この点は、とてもやさしい国なのですが、使わないで起こってしまった交通事故には厳しい国なのです。皆様も決して安くはない医療費を支払っているはずですので、使用せずに持っているなんてもったいない話です。CPAP使用に慣れるまでのストレス等で問題を抱える方も沢山いらっしゃいますが、何とか問題を乗り越え、CPAP治療による効果を1日でも早く実感していただきたいと願っております。CPAPを使う意味を、もう一度一緒に考えていきましょう。

新年会報告 捧 千晶



一月一七日に睡眠歯科センターの新年会が行われました。今年の参加者はセンター員のほか、学外からは恩田同門会会長(恩田クリニック院長)、須田支援会会長(ととや社長)、瀧口

徹支援会顧問(元厚生労働省歯科保健課長、新潟医療福祉大学教授)が参加しました。会の冒頭に、瀧口顧問より時局講話をいただき、様々な話題で勉強になりました。新しい医療を如何に進めるかの話題では、新しい医療には健康保険適用が遅れたり適用されても不完全であったりと苦労が多いようですが、これは決して厚生労働省が意地悪なのではなく、むしろ抵抗勢力となるのは同業者が多いんだそうです。厚生労働者は患者の味方と知って安心です。

**会員の声を募集中**  
「ぐっすりーぶ」への意見やご要望をお寄せください。  
メールでの連絡は  
totoy3@po.next.ne.jp

**誰でも会員**  
睡眠時無呼吸症候群やその予備軍の単純いびき症や上気道抵抗症候群でお悩みの方なら誰でも会員です。会報の「ぐっすりーぶ」は病院にて無料で配布します。郵送をご希望の方は切手を貼って宛名を書いた封筒をご用意ください。

編集後記

**ま** たまた寒い日が続きます。新潟の冬は本当に厳しいことを思い知らされますね。事故なども多くなっていますので、みなさんも十分に気をつけて毎日を過ごしましょう。

**厳** しい寒さも辛いですが、寒いからこそ温かいものが美味しい季節ですね。特に鍋物は具材や味付けによって何通りでも楽しめます。家族や仲間とわいわいできるのも冬の良さだなあと感じます。

Manu thanks to all our sponsors

<p><b>こうの 歯科</b> 歯科・口腔外科 河野美砂子 中央区西堀通5 025-226-6050</p>	<p><b>恩田 クリニック</b> 心療内科・内科 恩田 晃 柏崎市東本町1 025-217-6788</p>	<p><b>古町心療 クリニック</b> 心療内科・精神科 村竹辰之 中央区古町通5 025-224-7771</p>	<p>ハイサンソリューズ 患者さんの Quality of Life の向上がマイクスの理念です。 オートセットC オートセットCS TEJIN 東人ファーマ株式会社 〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1</p>	<p>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新潟(株) 0120-159-303</p>
---	--	---	---	--