ぐっすりーぷ

Vol.6 No.11
SAS支援会

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

重要なお知らせ

来年度より、睡眠センター外来の予約が大幅に変更されます。
裏面の詳細を必ずご覧ください。

本紙のホームページを立ち上げました

http://sleptwell.jp

患者会の公式ホームページから睡眠障害とクロノタイプの自己診断システムへのアクセスが可能です。
２４時間いつでもあなたの睡眠をチェックできます。

また睡眠シミュレーターにて、あなたの睡眠の最適な時間帯や時間を探すことができますので、お役立てください。

1面　「重要なお知らせ」「ホームページ」
「いびき症三兄弟　減量の巻」
「外来予約システムの変更」
「気になる医療ニュース」
2面

連載「いびき症 三兄弟」　原作　河野正己

減量治療の巻 その四

今月の気になる医療ニュース

813中等度COPDの5割でOSA発生
815東京・池袋の車暴走：てんかん申告せず、免許更新時に
816乳癌リスク、1日飲酒2杯でも上昇
817肌体内時計調節能がショウブエキスに
819肥満者の中性脂肪増加　脳から血中蓄積指示
820貧困が子どもの脳の発達を阻む
821不整脈再発性失神の運転診断書改訂
822父親になると「父親らしい体型」になる
823片頭痛の脳卒中、喫煙で3倍増
826有効、安全なら保険適用を　混合診療拡大で患者団体
827嚥下反射機能促進にカプサイシンサプリ
829「健康寿命」日本が首位　英誌に１８８カ国調査
830「睡眠薬」処方減らず　規制強化後も
831「抑うつ」診断書無視で自殺
832　2型糖尿病の長期管理に「減量手術」が有効
833　９人はねた男、運転中てんかん発作で意識障害か
838　タバコ資金得た論文・発表は「不受理」
839　のみ込む力　電気で治療　世界初　嚥下障害で機器開発
840　パーキンソン病発症機序に糖脂質の蓄積が関与
845　一日に歯磨き何回しますか？
847　運動なしでも脂肪燃焼できる「遺伝子スイッチ」
849　危険運転への訴因変更請求　睡眠導入剤の服用判明
850　血管硬いほど、認知症の危険
854　紅茶に歯周病菌・口臭を抑制する効果
857　座りがちな高齢者、運動で認知改善せず
858　酒好き喫煙がん患者、別のがんも発症リスク高め
859　受動喫煙で歯周病リスク上昇
860　就寝時の降圧薬服用で2型糖尿病リスクが低下
864　身長が高いほどがんリスク高
865　睡眠不足で風邪を引くリスクが4倍
867　遷延性起立性低血圧で死亡リスク増
869　体脂肪を減らすには、糖質制限よりも脂質制限が有効？
870　男性用経口避妊薬開発
871　長子は肥満のリスクが高い
875　肥満症、増える手術　胃切除に保険適用
877　夜勤明けの外科医はうまく手術をできるのか？
879　臨床睡眠検査マニュアル改訂版発刊
880　膵がん発見、米より遅く　日本の拠点病院
（記事はファイルしてありますので、ご覧下さい）

睡眠歯科センター外来の予約システムの変更点

一、睡眠歯科センター内に内科の診察室ができます。

二、通院間隔を病状によって変更します。

一、睡眠歯科センター内に内科の診察室ができます。

当センターではシーパップ治療のために医科病院の内科や耳鼻咽喉科に通院していただいておりますが、**センターに内科の診察室を併設**して、できる限りセンター内で診療を完結する**ワンストップサービス**を行うことになりました。しかし、内科や耳鼻咽喉科での特殊な検査が必要な方や内科疾患や耳鼻咽喉科疾患で継続治療が必要な方については、今まで通りとなります。

二、通院間隔を病状によって変更します。

今までは、シーパップ単独治療者およびシーパップとマウスピースの併用治療者はひと月ごとの通院、マウピース単独治療者は三か月ごとの通院が必要でしたが、以下のように**病状に応じて、通院間隔を細かく分ける**ことになりました。

（シーパップ単独治療者）
シーパップ（導入後およそ半年以内）は一か月ごと。
シーパップ（平均使用率が７０％未満）は一か月ごと。
シーパップ（平均使用率が７０％以上）は二か月ごと。

（シーパップとマウスピースの併用者）
シーパップとマウスピースの併用者は二か月ごと。

（マウスピース単独治療者）
マウスピース単独治療者は三か月ごと。

今まで通りの一か月ごとの診察を希望することもできますので、担当医と相談してください。

二か月通院でのシーパップ関連料金は**前払いで二か月分**かかります。

編集後記

ホームページの自己診断コーナーに、ご自分にとって最適な睡眠の時間帯や時間を探すためのシミュレーターが追加されました。ご活用ください。

外来診療形態が変わりますので、お手数でも案内をご確認ください。ワンストップサービスや二か月毎通院など、きっと皆さまのにお喜びいただけることばかりと思います。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
⑤ 日本睡眠学会認定機関の紹介

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
中央区古町通５
025-224-7771