群馬県の睡眠歯科医療

ぐっすりーぷ
Vol.8 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

1面　「群馬県の睡眠医療」
「新潟の楽しみ方　しょっぺ店」
2面　「いびき症三兄弟　シーパップの巻」
「気になる医療ニュース」

「群馬県に睡眠歯科医療を広げよう」

日本睡眠学会認定歯科医師　長島雄吾
（前橋市　長島歯科医院）

群馬県は東京都の北、新潟県の南に位置する「つるの舞う美しい形」の県です。人口は２００万人、１０の医療圏に分かれ、私のクリニックは真ん中の前橋圏にあります。

業者の調べでは、群馬県で睡眠医療に必要な睡眠ポリグラフ検査（ＰＳＧ）を行える病院は現在３１病院に及ぶそうです。決して少なくはありませんが、残念ながら日本睡眠学会の認定施設や登録施設はありません。同学会の認定資格者は医師（赤城病院）と歯科医師（長島歯科医院）が１名ずつ誕生しております。

さて、睡眠時無呼吸症候群のＣＰＡＰ治療は本県でも広く行われております。しかし、睡眠医療に関して医科と歯科が連携することは少なく、新しく開発された歯科マウスピースとＣＰＡＰの補完代替治療は、私が睡眠学を学んだ新潟県では主流でしたが群馬県ではまったく行われていないことが判明しました。

さらに、ＡＨＩ（無呼吸症候群の程度を示す値）が２０／時未満の睡眠時無呼吸症候群の患者さんは健康保険の決まりで歯科医師しか治療できません。そのような患者さんは、本県では治療をあきらめたり、認定資格を持たない歯科医師に恐る恐る治療をしてもらっているようです。

また、睡眠時無呼吸とは異なる疾患のレム睡眠行動障害についても歯科的アプローチがなされていません。

このよう事態を解消するため、睡眠学会認定医師と同歯科医師が中心となって専門病医院や専門医のネットワークを構築し、きめの細かい睡眠医療を群馬県民に提供できるよう努力していきたいと思います。

新潟の楽しみ方
「しょっぺ店シリーズ」
支援会会長　須田和行

しょっぺ店　その四
「駅前　やきとり大将」

新潟駅前にも筋金入りのしょっぺ店がありますが、その代表は新潟駅前弁天町の小路を少し入ったところにある「やきとり大将」。入口上の生中ジョッキ１８０円の大きな白い看板が目を引きます。

引き戸を開けるとカウンターに小上がりとテレビ、奥には通路を挟んで板張りの座敷が二つ。店内はあっと色褪せた〆張鶴、亀の翁、鶴齢などの張り紙がいっぱい、しょっぺ感満載です。

まずはカウンターに座って生ビールを1杯。あぁ～沁みる幸せです！すかさず焼き鳥の赤・白、王道の煮込みを注文しながらお通しで飲んでいると、カウンター越しに優しそうなお母さんが焼き鳥を焼くジュワ～という音といい香りが漂って来ます。程なくして到着した白もつは柔らかく、赤はぷりっとした食感。これで1本１００円。

次は何を頼もうかとカウンターの上を見れば銀杏やスルメ、そして美味しそうな丸干しいかを見つけてすかさず注文。こうなればもちろん日本酒にシフトです。なんと〆張鶴が全種あるので、まずは定番の普通酒「花」を注文。大きな冷蔵庫から一升瓶を取りだして徳利に注いでくれます。やはり丸干しのしょっぱさと日本酒の相性は抜群、あっという間に飲んで、煮込みや鶏皮やタン焼をつまみながらもう1合。加速がついたら止まらないのが酒飲みの悪い癖ですな。それですっかり出来上がりお腹も一杯でお店を後にしました。

特別なつまみを頼むと言うより定番料理で気楽に楽しむ雰囲気のしょっぺお店ですね。またこちらのすぐ近くにあった駅前しょっぺ店の名店、山小屋は店舗老朽化で閉店し駅南に移転オープンしました。こちももリサーチしますよ。

医療法人明雄会
長島歯科医院
www.nagashima-kyousei.com/

今月の気になる医療ニュース

1823「マインドフルネス」の誇大宣伝に注意！
1824「再発性の失神」で死亡事故、危険運転致死罪で起訴
1825「脂肪を減らす！」根拠なく宣伝　太田胃散など１６社
1826「認知症の恐れ」３万人　高齢ドライバー機能検査
1827「竜の血」に治癒効果　コモドドラゴンで耐性菌の新薬開発1
1828 1回10分以上の座位も死亡リスクに
1829 BCGワクチンでアトピー性皮膚炎のリスク低減か
1832 ピロリ菌陽性も「すぐ除菌の風潮に疑問」
1833 宇宙飛行士の６割、脳わずかに変形　無重力状態が影響か
1834 栄養不足・感染症…温暖化「すでに健康に影響」　医学誌
1835 記憶力高める「香り」で認知症予防か
1836 血糖測定がCOPDスクリーニングに有用な可能性
1837 護送車で事故、薬服用し居眠り運転か　容疑者が死亡
1838 口の細菌、腸管病の原因か　予防や治療に期待
1839 向精神薬の処方見直し検討 - 薬剤師・薬局と連携評価も
1841 高価な薬剤は「副作用」を引き起こしやすい可能性
1842 高齢自殺者の4人に1人が事前に予告
1844 子どもの睡眠１０時間確保を　健康考えるつどい
1845 歯科衛生士の役割考える　甲府でシンポ
1846 女性の月経前症状の重さ、「指の長さ」と相関関係？
1847 正面衝突で死亡の男性を書類送検　「発作の恐れ認識」
1848 生活保護、後発薬を原則に　厚労省、医療費抑制
1849「精神科、診療所の位置付けが大事」
1850 多剤併用意識した他の医療機関との連携、3割未満
1851 中国の鳥インフル、強力に　ウイルス少量でも重症の恐れ
1852 聴力低下と社会的活動の減少で、要介護リスク２倍に
1853 当直後の脳活動低下、「寝ていても」――研修医で検討
1854 頭頸部手術創の治癒に喫煙が悪影響
1855 白内障手術で高齢女性の寿命が延びる？
1856 病気腎移植、先進医療に承認　一部保険適用も
1857 平均寿命、４割が短く認識　日本は悲観的？英誌調査
1858 保湿剤、「一部保険適用外に」、健保連が提言
1859 保湿用塗り薬の処方急増　保険適用、「美肌」目的か
1860 毎日たくさん水を飲むと女性の尿路感染症リスクが低下
1861 慢性副鼻腔炎の急性増悪に喘息が関与
1862 夜間の傷は治りが遅い、体内時計に関連か 英研究
1863 緑内障、眼圧による診断精度は「実用不能」

（記事はファイルしてありますので、ご覧下さい）

連載「いびき症 三兄弟」　原作 河野正己

シーパップの巻 その 5/5

編集後記

世の中、体内時計が流行ってます。今月の医療ニュースに「夜の傷は治りが遅い」という記事がありました。

たぶん、本当でしょう。

高校生のナルコレプシーも流行ってます。「朝起きれない、学校で居眠りばかり」。だからといって、ナルコレプシーだと思わないでください。これも体内時計が病んでいるせいかもしれないのです。

体内時計をお大事に！（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
中央区古町通５
025-224-7771