

診 察 担 当 表

対象期間：2019 年 9 月 1 日～ 30 日 ※予定は変更となる場合もございます。
 ご不明な点は、総合受付または外来受付にお問い合わせください

はるひ呼吸器病院 外来診察担当表 ●…内科 ●…呼吸器内科 ●…消化器内科 ●…循環器内科 ●…呼吸器外科

			月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午 前	外来診察時間 9：00～12：00 (受付 8：30～11：30)	第1 診察室	小橋 ●	齊藤 ●	小橋 ●	齊藤 ●	直海 ● ●	齊藤 ●
		第2 診察室	佐々木 ●	櫻井 ●	米田 ● 【予約制】	櫻井 ●	-	小橋 ●
		第3 診察室	加藤 ●	小佐野 ●	佐野 ●	佐々木 ●	小佐野 ●	直海 ● ●
		第4 診察室	-	岩村 ●	-	岩村 ●	岩村 ●	-
専 門 外 来	禁煙外来	毎週水曜 午前 米田（呼吸器内科）※予約制（初回のみ予約不要）						
	セカンドオピニオン外来	午後（日時要相談） 齊藤（呼吸器内科）※予約制						

※はるひ呼吸器病院では、救急対応を行っております。 休診日：日曜・祝日

急な発熱・喘息発作等の内科的疾患は、24時間対応させていただきます。

須ヶ口クリニック 外来診察担当表 ●…呼吸器内科

外来診察時間		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午 前	9：00～12：00 (受付 8：30～11：30)	米田 ●	米田 ●	齊藤 ●	米田 ●	齊藤 ●	休診
夕 方	17：00～19：30 (受付 17：00～19：00)	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	

休診日：土曜・日曜・祝日

外来休診のお知らせ

- 9 月 10 日（火） はるひ呼吸器病院 呼吸器内科 櫻井 休診
- 9 月 13 日（金） はるひ呼吸器病院 循環器内科 直海 → 小橋 代診
- 9 月 14 日（土） はるひ呼吸器病院 呼吸器内科 直海 休診

呼吸ケア教室（患者さま向け勉強会）

曜日	テーマ		講師
	15：00～15：15	15：15～15：30	
月	栄養管理		管理栄養士
火	COPDとは	間質性肺炎とは	医師
水	吸入療法について	ステロイドの副作用	薬剤師
木	運動療法		理学療法士
金	COPDにおける日常生活の工夫	間質性肺炎患者における日常生活の工夫	看護師

はるひ呼吸器病院では、患者さま・ご家族さまを対象とした呼吸器の病気になる勉強会を開催いたします。お気軽にご参加ください。

場所：多目的室（1F 売店横）

参加方法：自由参加 当日会場へ直接お越しください

呼吸ケア教室は、以下のように変更があります。
 ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。

【変更後】

- 9/3（火） 看護師 日常生活の工夫
- 9/6（金） 医師 COPD とは / 間質性肺炎とは
- 9/17（火） 看護師 日常生活の工夫
- 9/20（金） 医師 COPD とは / 間質性肺炎とは
- 10/1（火） 理学療法士 運動療法
- 10/3（木） 医師 COPD とは / 間質性肺炎とは

無 料 送 迎 車

平日（土日、祝日除く）に「はるひ呼吸器病院」の
 白のワゴン車で無料送迎を行っています。

西春駅 西口 発	はるひ呼吸器病院 発	須ヶ口駅 南口 発 (須ヶ口クリニック 経由)	はるひ呼吸器病院 発
↓	↓	↓	↓
はるひ呼吸器病院	西春駅 西口	はるひ呼吸器病院	須ヶ口駅・須ヶ口クリニック
8:20 発	9:40 発	8:47 発	11:25 発
9:20 発	10:05 発	(8:50) 発	
9:50 発	10:30 発		
10:15 発	10:55 発		
10:40 発	12:05 発		
11:05 発			

※交通事情により、発着の遅延、乗降場所の変更等がある場合があります。

※やむをえず、予告なく運休になる場合がありますのでご了承ください。

送迎車
乗り場

はるひ呼吸器病院 前：
 正面玄関 売店前タクシー乗り場
 須ヶ口クリニック前：
 正面 敷地内駐車場

西春駅：
 名鉄西春駅 西口 ロータリー内
 須ヶ口駅：
 名鉄須ヶ口駅 南側 ロータリー内

面 会 時 間

平日	2A・3A病棟	13：00～20：00
	3B病棟	15：00～20：00
土曜・日曜・祝日	13：00～20：00	

※患者さまの症状により、面会時間を調整させていただく
 場合がございますのでご了承ください。



医療法人 清須呼吸器疾患研究会 広報誌

清須の息吹

K I Y O S U N O I B U K I

2019 年
9 月号
Vol.39



contents

特集 第1回 睡眠時無呼吸症候群

- 勉強会「肺機能検査について～検査のやり方と結果の見方～」を開催しました
- 10 月 22 日 即位礼正殿の儀が行われる日の診療について
- 今月の一品 「鶏肉の塩レモンソテー」

医療法人清須呼吸器疾患研究会

はるひ呼吸器病院 〒 452-0962 愛知県清須市春日流 8 番地 1

TEL：052-400-7111 FAX：052-400-7133

須ヶ口クリニック 〒 452-0905 愛知県清須市須ヶ口 2332 番地 2

TEL：052-400-5281 FAX：052-400-7097



Facebook ページは
 こちらから>>>

“ いいね！ ” お待ちしています ♪



今月号から3部にわたって、「睡眠時無呼吸症候群」についてのおはなしを掲載します。
第1部は、病気の概要と原因・疫学についてお話しします。

概要

睡眠時無呼吸症候群（Sleep Apnea Syndrome：SAS）とは眠っている間に呼吸が止まる病気です。無呼吸になることですぐに窒息死を起こすことはありません。それよりもむしろ、きちんと睡眠を取れていないことなどにより、体がじわじわと侵され、高血圧症や心疾患など生活習慣病になったり、昼間の眠気により、労働災害や交通事故を起こしたりすることが問題視されている病気です。

2003年2月に、山陽新幹線ひかりで運転中の運転士が居眠りをして最高時速280kmで8分間走り続け、自動列車制御装置ATCが作動して、列車が急停車した事件では、運転士が重症の閉塞性SASに罹患していたことが判明し、社会的に大きな関心呼びました。

分類

睡眠時無呼吸症候群（SAS）は大きく分けて2種類あります。一つは、呼吸をしようとしているけど上気道が何らかの原因でふさがっていて息ができない場合の「閉塞性（obstructive）」の睡眠時無呼吸症候群（OSAS）です。もう一つは、呼吸しなさいという脳からの信号が一時的になくなるのが「中枢性（central）」の睡眠時無呼吸症候群（CSAS）です。つまり、「閉塞性」では、いびきを生じますが、「中枢性」では基本的にいびきをかきません。

原因

私たちはふつう寝る時は仰向けの時間が長いと思います。仰向けで寝ている時は重力の影響もあり、舌が下方（喉の奥の方向に）に少し落ち込みます（舌根沈下）。特に問題がなければその程度の舌の動きで気道が閉塞してしまうことはありません。

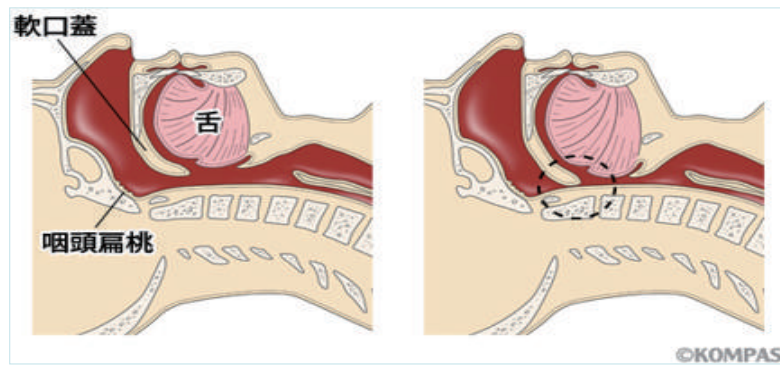
しかし、舌の周りに脂肪などの余分な組織が付着しているか、もしくはもともと気道自体が狭い人などでは、仰向けで寝た場合、舌の付け根や軟口蓋と言われているところが気道に落ち込んだり、舌の下方への動きによって気道が狭くなり、極端な場合は気道を完全に塞いでしまうのです。これが「閉塞性」の正体です。ですから、肥満の方で頸部に脂肪が多く付着しているような場合や、アデノイドや扁桃肥大の方は「閉塞性」を引き起こす可能性が高くなります。

しかし、リスクがあるのは肥満の方だけではありません。アジア、特に日本を含めた東アジアの人はあごが小さく、もともと気道が狭い人が多いとされており、肥満がなくても「閉塞性」が生じやすいと考えられているのです。

いびきは狭くなった気道を何とか空気が通過した時に発する音で、いわば気道が狭くなっていることを知らせる重要なサインです。肥満がなくても、いびきをよくかく方は「閉塞性」を疑ってみる必要があります。

一方、「中枢性」は脳の呼吸中枢から信号が送られないことによって生じる無呼吸です。「閉塞性」と違って上気道の状態に問題はありません。つまり、純粋な「中枢性」の患者さまはいびきをかきません。「中枢性」がどのような仕組みで起こるのか、まだ十分に解明されていない部分が多いのですが、脳にある呼吸の司令塔の機能異常などが原因として考えられています。

（図：慶応大学病院、医療・健康情報サイトより）



検査

「閉塞性」は世界的に有病率が高いことがわかっています。30～60歳を対象とした有名な米国の研究によると、無呼吸・低呼吸指数が5以上の睡眠呼吸障害の患者さまの割合は男性24%、女性9%で、うち症状がある睡眠時無呼吸症候群の割合は男性4%、女性2%であったと報告されています。

日本では、無呼吸・低呼吸指数が10以上の「閉塞性」は男性3.3%、女性0.5%（全体で1.7%）という報告があります。単純に計算すると、日本での患者数は約200万～300万人ということになりますが、実際はもっと多いのではないかと考えられています。正確に診断されている人が少ないことが問題視されており、治療の対象となる睡眠時無呼吸症候群の80～90%がはっきり診断されていないと言われています。

※次月号：睡眠時無呼吸症候群の症状や検査について掲載します。ぜひご覧ください。

Topix 勉強会「肺機能検査について～検査のやり方と結果の見方～」を開催しました

2019年8月8日（木）に呼吸ケア管理室主催の職員向け勉強会を開催しました。

今回の勉強会は、善野臨床検査技師が「肺機能検査について～検査のやり方と結果の見方～」をテーマに開催しました。

当院は、呼吸器疾患専門病院のため呼吸器疾患をお持ちの方が多く来院されます。そうした患者さまの幅広い疾患に対応するため、専門的な呼吸機能検査機器を数多く設置しています。

今回の勉強会では、当院が診療で使用する肺機能検査6種類の説明がありました。それぞれの機器でどういったことが検査できるか、呼吸器疾患患者の検査結果はどういった特徴をもっているかなど実例を用いて詳しくお話しいただきました。

最後の質疑応答では、日頃から患者さまに多く接している職員から、検査に関する疑問など多くの質問がありました。

当院では、このような勉強会を通して、看護師やコメディカルの知識の向上と医療の質の向上に取り組んでいます。



Info 10月22日 即位礼正殿の儀が行われる日の診療について

2019年10月22日の即位礼正殿の儀が行われる日を休日とする法律（平成30年法律第99号）が公布・施行されたことに伴い、国民の祝日に関する法律に基づき、当法人では以下の通り10月22日を休診とさせていただきます。尚、はるひ呼吸器病院では、救急対応を行っております。急な発熱・喘息発作等の内科的疾患は24時間対応させていただきます。

何卒ご理解とご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

10/21(月)	10/22(火)	10/23(水)	10/24(木)	10/25(金)
通常診察	休診 (即位礼正殿の儀)	通常診察	通常診察	通常診察

今月の一品

鶏肉の塩レモンソテー

材料 (1人分)

- 鶏もも 1切
- レモン 1/3個
- 砂糖 小さじ1/2
- 塩 小さじ1/2
- こしょう 少々
- オリーブオイル 適量

作り方

- ① レモンはよく洗い輪切りにする
- ② ビニール袋に鶏肉と★と①を入れよく揉み一晩冷蔵庫で寝かせる
- ③ フライパンにオリーブオイルをひき、中火で焼き色が付くまでじっくり焼く
- ④ 食べやすい大きさに切り盛り付ける

豆知識

レモンの酸味の主成分はクエン酸で、これは疲労回復やストレス解消などに役立ちます。レモンの酸味は塩味を引き立てるため、少ない塩分でも塩分をより感じることができ、満足度もアップします。また、皮にはリラックス効果の高いリモネンと呼ばれる香り成分を多く含まれます。

