

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 ●…リウマチ内科

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	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 ●	藤原 ●	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 ●	藤原 ●【新患のみ】	岩村 ●	岩村 ●	-
	第5診察室	-	高橋 ●【第1・第3】	-	-	-	-
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）					
外来	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

		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
	17:00～19:30 (受付17:00～19:00)	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	

外来休診のおしらせ ● 11月13日(水) はるひ呼吸器病院 循環器内科 佐野 休診 休診日：土曜・日曜・祝日
 ● 11月11日(月) 須ヶ口クリニック 夕診 呼吸器内科 小橋 代診

年末年始 ● 12月29日(日)～1月3日(金) はるひ呼吸器病院・須ヶ口クリニックともに休診となります。
 はるひ呼吸器病院では救急対応を行っておりますので、急な発熱・喘息発作等のときは、
 はるひ呼吸器病院へお問い合わせください。

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

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、よろしく申し上げます。

【変更後】

10/29(火) 看護師 日常生活の工夫
 11/1(金) 医師 COPDとは/間質性肺炎とは
 11/12(火) 看護師 日常生活の工夫
 11/15(金) 医師 COPDとは/間質性肺炎とは

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関す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

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)	
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 ローター内
 須ヶ口駅：
 名鉄須ヶ口駅 南側 ローター内


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
 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♪



清須の息吹

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



contents

特集 第3回 睡眠時無呼吸症候群

- 診療実績
- 全職員を対象に「感染対策講習会」を開催しました
- 今月の一品 「かぼちゃのはちみつバターソテー」

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ています。第3部は、病気の治療とケア、成り行きについてお話しします。

治療

1) 経鼻的気道持続陽圧療法 (CPAP療法)

最も重要な治療法は、経鼻的気道持続陽圧療法です。「Continuous Positive Airway Pressure」の頭文字をとって、「CPAP (シーパップ) 療法」と呼ばれます。閉塞性睡眠時無呼吸タイプに有効な治療方法として現在欧米や日本国内で最も普及している治療方法です。

これは鼻にマスクをつけ、特殊な機械で圧力をかけて空気を送り込む治療法です。この圧力によって肺への空気の流れがよくなり、呼吸が止まることがなくなります。「鼻にマスクをつけて空気が送られてくる状況で眠れるものなのか?」と思われるかも知れませんが、医療機関で適切に設定された機器を使い、鼻マスクを正しく装着できているかどうか重要なポイントです。そのため、医療機関に一泊入院して治療に適した機器設定を行う (タイトレーション) 場合もあります。鼻のマスクではうまく体に合わない場合 (鼻閉など) には、口と鼻と一緒に覆うマスクが必要かもしれません。

CPAP療法は、検査で一定の基準を満たせば健康保険が適応されます。CPAP装置は、レンタルすることができ、3割負担で1ヶ月約5,000円程度です。CPAP装置は非常に小型化されており、カバンに入れて持ち運びすることも可能ですので、行動範囲が制限されることもありません。

2) マウスピース

軽度な症状では、歯科装具 (マウスピース) で治療するケースもあります。スリープスプリントとも言われています。下あごを上あごよりも前方に出すように固定させることで上気道を広く保ち、いびきや無呼吸の発生を防ぐ治療方法です。

3) 外科的手術

気道を塞ぐ部位を取り除く根治療法として手術もあります。小児の多くや成人の一部で、SASの原因がアデノイドや扁桃肥大などの場合は、摘出手術が有効な場合があります。

予後

成人SASでは、高血圧、脳卒中、心筋梗塞などを引き起こす危険性が約3~4倍高くなります。特にAHI30以上の重症例では心血管系疾患発症の危険性が約5倍にもなります。しかし、CPAP治療にて、健常人と同等まで死亡率を低下させることが明らかになっています。



ケア

1) 減量

体重の増加とともに、顎の周囲、首周り、喉や舌も太くなり、気道が上下左右から圧迫されて狭くなります。肥満は閉塞型睡眠時無呼吸症候群 (OSAS) の重要な危険因子で、多くの患者さまは肥満を伴っています。10%の減量で無呼吸低呼吸指数 (AHI) が26%減少するとの報告があり、肥満を伴う場合は必ず減量を行う必要があります。

2) 睡眠中の体位の工夫

仰向けで寝ると舌根部が重力の影響で沈下し気道が狭くなるので、横向きに寝ることでいびきや軽症のOSASはある程度改善します。

3) 飲酒の制限

アルコールは筋肉の緊張を緩和させる作用があり、舌や顎の筋肉の緊張がゆるみ気道を圧迫します。また鼻粘膜を充血させる作用があり、鼻からの空気の通りが悪くなります。就寝前のアルコールは控えた方がいいでしょう。

4) 精神安定剤の服用の制限

中枢神経系を抑制するベンゾジゼピン等の睡眠薬や精神安定剤は舌や顎の筋肉の緊張を緩和し気道を狭くします。これらの薬剤を服用中の場合は、主治医と相談し用法用量を守ることが重要です。鼻マスク式持続陽圧呼吸 (NCPAP) を導入することで熟眠感が得られ、睡眠薬や精神安定剤の服用を必要としなくなることもあります。



※次月号：気胸について掲載します。ぜひご覧ください。

Data 診療実績

2016年5月~2019年9月

疾患別外来数	
1	気管支喘息 1001名
2	睡眠時無呼吸症候群 260名
3	高血圧症 197名
4	咳喘息 196名
5	慢性閉塞性肺疾患 138名
6	急性肺炎 124名
7	胸部異常陰影 114名
8	2型糖尿病 90名
9	マイコプラズマ肺炎 69名
10	間質性肺炎 68名

(2019年9月現在)

疾患別入院数	
1	肺がん 560名
2	睡眠時無呼吸症候群 310名
3	急性肺炎 281名
4	間質性肺炎 139名
5	気管支喘息発作 137名
6	マイコプラズマ肺炎 129名
7	慢性呼吸不全 115名
8	誤嚥性肺炎 114名
9	気胸 95名
10	脱水症 92名

(2016年5月~2019年9月)

内視鏡検査数	
上部内視鏡	1441件
下部内視鏡	221件
嚥下内視鏡	69件
気管支内視鏡検査	728件

PSG検査数	
PSG (ポリソムノグラフィ) 検査	641件

手術実績	
間質性肺炎	46件
気胸	58件
肺がん	41件

(2016年5月~2019年9月)

Topix 全職員を対象に「感染対策講習会」を開催しました

2019年10月18日に感染対策講習会を実施しました。今回の感染対策講習会は、「結核」をテーマに実施しました。

厚生労働省は結核について、「結核は、結核菌によって発生するわが国の主要な感染症の一つです。毎年新たに1万5000人以上の患者が発生しており、世界的にみても日本はまだ結核の低まん延国ではありません。」と発信しています。

愛知県でみても、年間約1,100人が発病しており、愛知県は、まだまだ結核への注意が必要な都道府県となっています。

当院は、呼吸器疾患専門病院として結核の予防と治療を行うことで撲滅へ取り組んでいます。今回の勉強会では、撲滅へ向け正しい知識をつけるため講習会を行いました。今後も、勉強会や実習、臨床を通し、呼吸器医療の充実に貢献できるよう取り組んで参ります。



今月の一品

かぼちゃのはちみつバターソテー

材料 1人分

- かぼちゃ 100g
- 有塩バター 10g
- はちみつ 大さじ1
- ★ [● 粉チーズ 少々
- 黒こしょう 少々
- 乾燥パセリ 少々

作り方

- ① かぼちゃをくし形に切る
- ② フライパンでバターを溶かしはちみつを入れ中火で加熱する
- ③ ①を両面焼き目が付くまで炒める
- ④ ★を振りかける

※かぼちゃは種を取った後、電子レンジで温めると切りやすいです



豆知識

かぼちゃはβ-カロテン、ビタミンC、ビタミンEなどの栄養成分を豊富に含むバランスのとれた代表的な緑黄色野菜です。特にβ-カロテンが豊富で、細胞を強化し免疫を高めるとも言われています。体も温めるのでこれからの時期摂りたい野菜です。

β-カロテン・ビタミンEは脂溶性なので、油と一緒に調理すると体内での吸収率が良くなります。炒め物、焼き物にすると良いでしょう。