

こんにちは！

城西病院です

こんにちは！城西病院です
4月号 第070号
平成29年3月1日発行
名古屋市中村区北畑町
四丁目1番地
偕行会城西病院
副院長 秦野 貴充
TEL 052-485-3777



桜シーズン到来です。
まだまだ冷え込みますので防寒対策は万全に！！

4月

睡眠時無呼吸 (SAS) 外来が始まります

偕行会城西病院 院長 勢納八郎

日ごろは城西病院をご利用いただき、ありがたく厚く御礼申し上げます。
さて当院ではこの4月より睡眠時無呼吸専門外来をオープンさせていただくこととなりました。
つきましては、睡眠時無呼吸について簡単にご説明申し上げます。

睡眠時無呼吸症候群は、眠っている間に呼吸が止まる病気です。10秒以上の気流停止（無呼吸）が一晚（7時間の睡眠中）に30回以上、または1時間あたり5回以上あれば、睡眠時無呼吸です。

寝ている間の無呼吸はなかなか気付きにくいので、多くの潜在患者がいると推計されています。
この病気が深刻なのは、寝ている間に生じる無呼吸が、起きているときの私たちの活動に様々な影響を及ぼすこと。気付かないうちに日常生活に様々なリスクが生じる可能性があるのです。

睡眠中の酸素不足による脳や身体へのダメージ

本来、睡眠は日中活動した脳と身体を十分に休息させるためのものです。
その最中に呼吸停止が繰り返されることで、身体の中の酸素が減っていきます。すると、その酸素不足を補おうと、心拍数を上げたりして身体は断続的に覚醒した状態になります。これでは休息どころではありません。
その結果睡眠不足となり、日中の強い眠気や倦怠感、集中力低下などが引き起こされ、様々な活動に影響が生じてきます。またこうした状態が長く続くことで高血圧や脳卒中、心筋梗塞や狭心症などの虚血性心疾患、メタボリックシンドロームなどにかかる危険性が高まることが知られています。
睡眠時無呼吸がある方は、ない方に比べて2.5倍居眠り運転による事故を起こしやすく、重症の睡眠時無呼吸症ともなれば、そうでない方の2.6倍死亡しやすいとされています。
(<http://mukokyu-lab.jp/factsheet/factsheet-list.html>)

睡眠時無呼吸症候群の代表的な症状をご紹介します。
可能であれば寝ている間のことについてぜひご家族やパートナーにきいてみてください。

- 1: 寝ている間に…いびきをかく／…いびきが止まり、大きな呼吸とともに再びいびきをかきはじめ／…呼吸が止まる／…呼吸が乱れる、息苦しきを感じる／…むせる／…何度も目が覚める（お手洗いに起きる）／…寝汗をかく
- 2: 起きたときに…口が渇いている／…頭が痛い、ズキズキする／…熟睡感がない／…すっきり起きられない／…身体が重いと感じる
- 3: 起きているときに…強い眠気がある／…だるさ、倦怠感がある／…集中力が続かない／…いつも疲労感がある

睡眠時無呼吸の検査

短期間の入院でポリソムノグラフィ（PSG）中心の検査を行います。
入院・検査は当院の睡眠時無呼吸外来でご案内いたします。

高血圧を有する中年男性の30%がこの睡眠時無呼吸に当てはまるというデータもあるようです。（<http://mukokyu-lab.jp/factsheet/factsheet6.html>）

もしやと思われた方は睡眠時無呼吸外来までお問い合わせください。
睡眠時無呼吸外来の実施日、担当医師は裏面の外来担当表をご参照いただければ幸いです。

市民公開講座 予定 <参加無料>

■ 4月13日（木）15:00～

「スプリングコンサート」

年度の始まりを感じさせてくれる春…。春にふさわしい音楽を名音大の方に演奏して頂きます。お楽しみに!!

■ 5月11日（木）15:00～

「サルコペニアの基礎知識」

サルコペニア（加齢性筋肉減少症）はご存知ですか？
当院リハビリ課が分かりやすくお伝えします。
お楽しみに!!

※ほっとカフェじょうさい
認知症とご家族のお話を伺いながらほっとできる場所として
お使いいただけます。城西病院1階 正面玄関スペース
100円（飲み物とお菓子） 総合相談窓口TEL0120-541-605

桜咲き

新たな道を
進み行く

!m

昼寝でも

女房近寄り

脈とられ

ハヤシカズヤ

満月も

疲れを癒す

風呂の窓

猪井 年秋

川柳広場

医療法人偕行会 偕行会城西病院

〒453-0815 名古屋市中村区北畑町4-1
TEL 052-485-3777 FAX 052-485-3773

インターネットの情報もご覧ください
<http://www.kaikou.or.jp/jyousai>

お電話で診療のご予約ができます

診療予約センター 052-485-3737

祝日除く月-金曜 8:30~17:00

◆ 外来診療のご案内 ◆

午前 9:00-12:00 (窓口受付時間は午前11:30まで)

平成29年4月1日より

外来診療		月	火	水	木	金
内科	午前	漸井・水野	勢納・岸川 阿部	勢納・岸川	漸井・矢野 堀川	勢納・矢野
睡眠外来	午前	有馬	中山	-	-	-
神経内科	午前	錫村	-	錫村	-	田中
整形外科	午前	-	加藤	-	松原	-
眼科	午前	三井	三井	三井	三井	欄

★診療予約センター 052-485-3737(8:30-17:00土日祝除く)

おしらせ

- 毎週水曜日10:30~11:00 11:30~12:00
1階ロビーにてピアノ演奏会を行っています。
プロの演奏家が奏でる音色をお楽しみ下さい。
- 3月27日(月)15:00~16:30
1階総合相談窓口にて司法書士、行政書士による無料相談会を開催しますので、お気軽にお越しください。

救急外来診療に関するお知らせ

城西病院の救急は、名古屋共立病院で24時間お受けしておりますので、ご安心ください。

名古屋共立病院

☎052-362-5151

診察券番号が共通ですので、名古屋共立病院に一度もかかったことのない場合も安心して診療を受けることができます。



水野寿子の「キラリ★この人」



こんにちは！水野です。
おぎはら あやか
今回は、荻原 あや香さんです。

Q1 自己紹介をお願いします。

今年の4月に入職しました医事課の荻原あや香です。8月に城西病院へ実習に来ましてその時、先輩に丁寧に教えて頂き入りたいと思い城西病院を第一志望にしました。そして入職できてうれしかったです。

Q2 医療事務になろうと思ったきっかけは。

いところが医療事務をしていてどのような職種かも知っていたしお年寄りが好きだったのでなろうと思いました。

Q3 この仕事を選んで1年どうでしたか。

いろいろ大変なことがあったのですが先輩に沢山フォローして頂きすごく優しくしていただきこれからも頑張ろうと思いました。

2年目に向けて後輩にも優しく笑顔で指導してほしいと思います。また、患者さんにも笑顔でいきましょう。応援しています。
水野より