

新入職ドクターのご紹介



よろしくお願ひします!

Take Free

神戸百年記念病院の地域の皆さまに向けた広報誌

2023.06

vol.93

すこやか

KOBE CENTURY MEMORIAL HP Est. 1907



■連携医療機関のご紹介「すこやかクリニック」
■おすすめ情報「テックシ」

特集

睡眠時無呼吸症候群 (SAS)

原因や症状・治療方法など
わかりやすく解説

消化器内科



石原 祐史
(いしはら ゆうじ)
専門
消化器内科
略歴
平成18年
広島大学 医学部 卒業

資格 日本内科学会総合内科専門医
日本消化器病学会専門医
日本消化器内視鏡学会専門医

総合診療科



高田 史門
(たかだ しもん)
専門
総合診療科、腎臓内科
透析
略歴
平成21年 大阪市立大学
医学部医学科 卒業

資格 日本内科学会認定内科医・総合内科専門医
病院総合診療医学会認定医
Infection Control Doctor
禁煙サポーター

総合診療科



皆田 睦子
(みなた むつこ)
専門
一般内科、消化器内科、
腫瘍内科
略歴
平成2年 大阪医科大学
医学部 卒業

資格 日本消化器内視鏡学会専門医
日本内科学会総合内科専門医
日本肝臓学会肝臓専門医
日本医師会認定産業医 京都大学医学博士

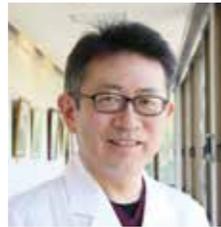
消化器内科



藤原 康弘
(ふじわら やすひろ)
専門
消化器内科、内科全般
略歴
平成26年 兵庫医科大学
卒業

資格 日本医師会認定産業医
JATECプロバイダーコース修了

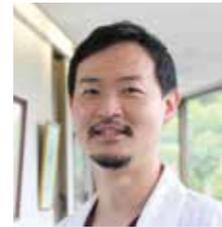
婦人科



西尾 元宏
(にしお もとひろ)
専門
婦人科
略歴
平成7年 兵庫医科大学
卒業

資格 日本産科婦人科内視鏡学会技術認定医
日本内視鏡外科学会技術認定医

泌尿器科



竹丸 紘史
(たけまる ひろふみ)
専門
泌尿器科
略歴
平成28年 近畿大学
医学部医学科 卒業

資格 da Vinci certificate
緩和ケア研修修了

耳鼻咽喉科



藤木 惇也
(ふじき じゅんや)
専門
耳鼻咽喉科
略歴
平成29年 兵庫医科大学
卒業

耳鼻咽喉科



柴田朋美
(しばた ともみ)
専門
耳鼻咽喉科
略歴
平成30年 近畿大学
医学部医学科 卒業

総合診療科



広川 岳彰
(ひろかわ たかあき)
専門
精神神経科
略歴
令和2年 神戸大学
医学部 卒業



日本国内における睡眠時無呼吸症候群（SAS）の潜在患者数は、約500万人（男性で約9%、女性で約3%）といわれ、治療される方は少ないのが現状です。今回の特集では、事故や突然死のリスクにつながる睡眠時無呼吸症候群についてくわしく解説します。

いびき、かいてない？ 睡眠時無呼吸症候群（SAS）かも？



睡眠と生活習慣病の深い関係

私たちは人生の約1/3を睡眠に費やします。みなさんは、よい睡眠を得られていますか？健康を維持するためには、十分な睡眠を確保する必要があります。

慢性的な睡眠不足や睡眠の質の低下は、日中の眠気や意欲低下・記憶力減退など精神機能の低下を引き起こすだけでなく、体内のホルモン分泌が乱れて食欲が増す（肥満）、血圧や血糖値が上昇する、脂質異常になりやすいなど、生活習慣病に関係することがわかっています。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは？

睡眠に関連する呼吸障害のひとつに、睡眠時無呼吸症候群（SAS: Sleep Apnea Syndrome）という病気があります。睡眠中に気道（空気の通り道）が塞がり、無呼吸状態が繰り返される病気です。

睡眠時無呼吸（SA）の種類

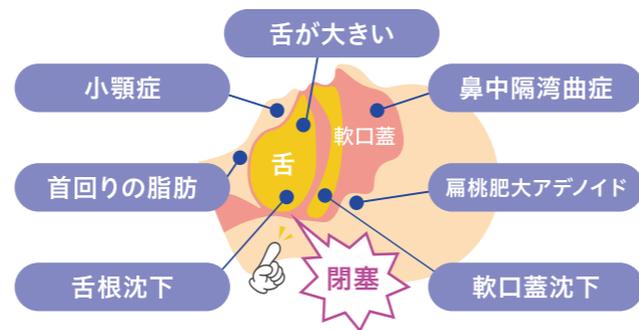
呼吸努力を伴い、いびきあり ▶ 閉塞性睡眠時無呼吸（OSA）

呼吸努力を伴わない ▶ 中枢性睡眠時無呼吸（CSA）

一般的にSASといえば、閉塞性睡眠時無呼吸（OSA）を指します。

SASになる原因

下図のような要因により、SASの患者さんは、喉のやわらかい組織や、舌の根もとが落ち込んでしまい、気道が狭くなってしまいます。狭くなった気道を空気が通るとき、まわりの組織が振動していびきが起こり、気道が完全に塞がってしまうと無呼吸になります。無呼吸になると、肺に空気が届かず、動脈の血液中の酸素量が減少してしまいます。



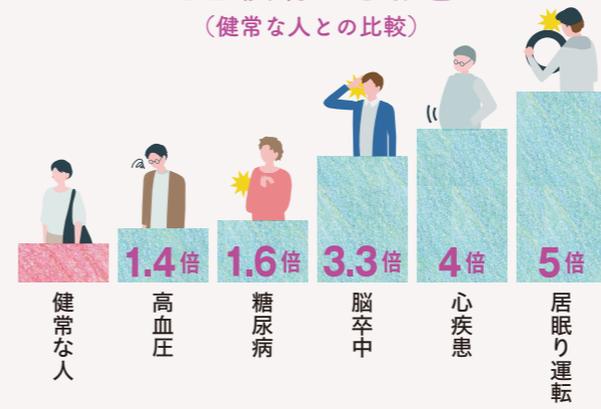
正常な状態とSASの比較



SASが招くリスク

生活習慣病に悪影響！

（健全な人との比較）



睡眠時無呼吸になると、酸素不足によって眠っていても脳が覚醒した状態になります。交感神経が活発になり、血管が収縮するため、血管や心臓に負担がかかり、高血圧や脳卒中を招きやすくなります。

また、日中に強い眠気が起こる場合があり、居眠り運転による大きな事故も数多く報告されています。日常生活で車を運転している人にとって生命に関わる重大な問題です。

参考元：日本呼吸器学会 睡眠時無呼吸症候群（SAS）の診療ガイドライン2020
https://www.jrs.or.jp/publication/file/guidelines_sas2020.pdf
 New England Journal of Medicine / Am J Respir Crit Care Med

自覚症状

セルフチェックを行ってみましょう。睡眠時無呼吸症候群によくみられる症状です。心当たりのある方は、ぜひ一度、医療機関へご相談されることをおすすめします。

眠っているとき

- 強いいびき
- 頻回の中途覚醒
- 夜間の頻尿

日中、起きているとき

- 起床時の頭痛
- 倦怠感
- 起床時の喉の渇き
- 集中力の低下
- BMI ≥ 25
- 耳鼻咽喉科疾患

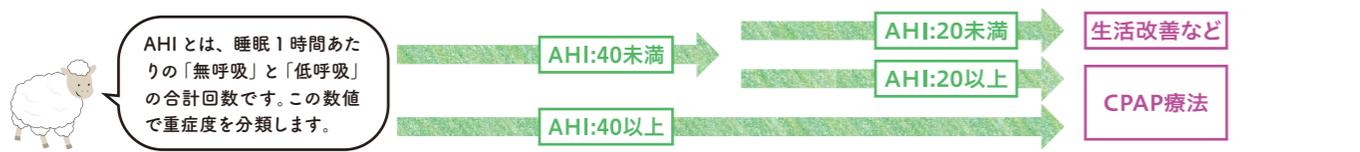
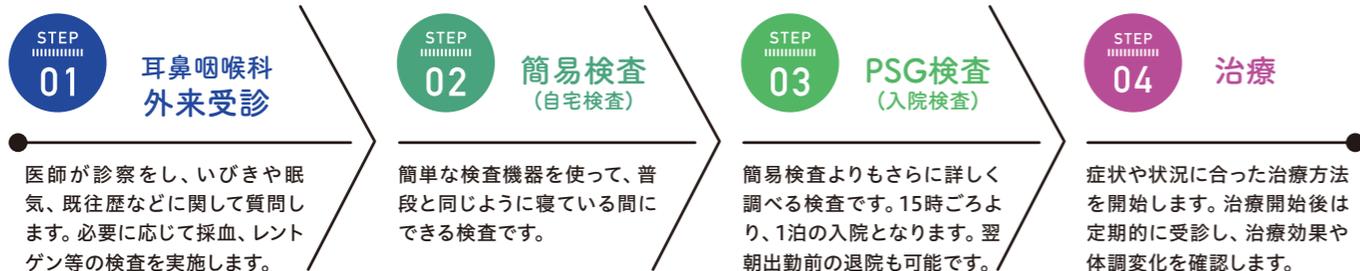


藤木 惇也 医師
Junya Fujiki

前田 英美 医師
Emi Maeda

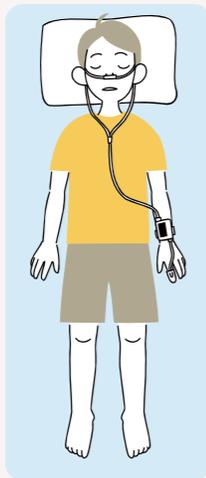
柴田 朋美 医師
Tomomi Shibata

診察・検査の流れ



簡易検査

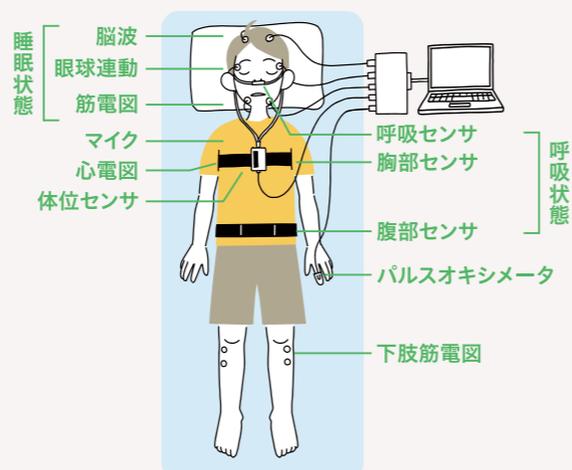
パルスオキシメータや気流センサ、圧力センサなどを装着し、気道の狭窄、低呼吸の有無など睡眠時の呼吸状態を測定し、SASの可能性を調べます。操作・装着が簡単なので在宅検査に適しています。



検査項目例

- 酸素飽和度 ● 脈拍数 ● 気流 ● いびき ● 体動
- 呼吸努力 ● 筋電図 ● 体位

PSG 検査 (ポリソムノグラフィー: Polysomnography)



呼吸状態とともに、脳波や筋電図、眼球の動きなどから睡眠の状態や脳の目覚めを客観的に評価できます。睡眠と呼吸の状態を合わせて検査することにより確定診断へつなげていきます。

治療について

CPAP療法

★★★★★★

欧米や日本国内で最も普及している治療方法です。睡眠時無呼吸を防ぐために、気道に空気を送り続けて気道を開放させておくというものです。

マウスピース

★★★★★★

軽度な症状に適した治療法です。下あごを前方に固定して空気の通り道を開くようにするものです。
(他の医療機関へ紹介します)

外科手術

★★★★★★

原因がアデノイド肥大や扁桃肥大などの場合には、手術によって取り除くことがあります。また、鼻閉を起こす鼻疾患は、CPAP や口腔内装置の治療を妨げるため手術が必要となることがあります。

CPAP療法 は、CPAP本体から鼻に装着したマスクを介して空気を持続して送り、気道を広げ閉塞を防ぐ治療方法です。患者さんに適した空気圧を設定することで、呼吸がスムーズにできるようになります。患者さんに合ったマスクの選択と適切なフィッティングが大変重要になります。
※CPAP装置は保険診療下で貸与されます。



前田 英美

Emi Maeda

兵庫医科大学卒業

- ・日本耳鼻咽喉科学会専門医
- ・耳鼻咽喉科専門研修指導医
- ・医学博士 ・補聴器相談医

耳鼻咽喉科 前田英美 医師より*

いびきや無呼吸は自覚症状がないことが多く、日中の眠気がない場合でも重症SASのことが少なからずあります。生活習慣病との関連も深く、CPAP療法などの適切な治療により、虚血性心疾患や脳梗塞などの予防にもつながります。少しでも気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:00~ 午後 11:45	藤木 惇也 柴田 朋美	前田 英美 野間 晶子	前田 英美 中村 匡孝	藤木 惇也 柴田 朋美	藤木 惇也 塩田 絵里子	★第2週 前田 英美 ★第4週 藤木 惇也 柴田 朋美
午前 12:00~ 午後 15:30	柴田 朋美	手術	手術	検査 (補聴器相談)	前田 英美 (補聴器相談)	診療なし



当院では、地域の医療機関(かかりつけ医)との協力体制を強化し、地域全体として患者さまにより質の高い医療を提供していくことを目的に「連携登録医制度」を制定しています。

今回は、兵庫駅前に開設した神戸百年記念病院附属すこやかクリニックの紹介をいたします。

神戸百年記念病院附属 すこやかクリニック



小児科医師
芳本 貴巳子

所在地	神戸市兵庫区駅南通1丁目2番34号 兵庫駅前クリニックビル5階		
電話	078-945-8871	F A X	078-945-8872
診療科目	小児科・内科		
診療時間	午前9:30~12:30 午後14:00~18:00		
休診日	木曜・土曜 午後、日祝休み		

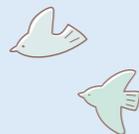


神戸百年記念病院が運営する外来専門の小児科・内科クリニック

JR「兵庫駅」徒歩1分の利便性を活かして、身近にご利用いただける小児科診療を提供します。神戸百年記念病院の小児科で20年勤務してきた日本小児科学会専門医の芳本貴巳子医師が診療を行います。外来診療はもちろん、乳児健診や予防接種など、忙しいママさん、パパさんに便利にご利用いただけるように、WEB予約も行っております。ぜひお気軽にお越しください。

クリニックの特長

- 1 専門医による診療
- 2 WEB予約可能
- 3 兵庫駅南口より徒歩1分
- 4 隔離室完備で安心
- 5 予防接種、乳幼児健診も実施



ホームページ



隔離室

2つの隔離室を完備していますので、皆様に安心してご受診いただけます。



連携登録医をご希望される医療機関様へ

「連携登録医 登録申込書」をご用意しております。ご希望の場合は、地域医療総合支援センター(☎078-681-6250)までご連絡ください。

地域とつながるヒャクネンの活動

けんこうフェスタ 開催レポート

百年いきいきけんこうフェスタ

〈開催日時〉2月26日(日) 〈開催場所〉みなとがわホール
病院で開催している「百年いきいきフェスタ」の出張版として、医療講演や健康チェック、体力測定コーナー、医療相談など「けんこう」をテーマとしたイベントを実施しました。当日は約200名の皆さまにご来場いただきました。



メモリーサロン 開催レポート

令和4年度 第3回メモリーサロン

〈開催日時〉3月11日(土)
『認知症かなと思ったら～受診の大切さ～』と題して、精神科の前田潔先生が講演しました。認知症の症状や受診の契機、認知症事例、また地域の相談機関についてのお話もいただきました。満席の会場では熱心に耳を傾けていらっしゃいました。



神戸百年記念病院 職員の

おすすめ 情報

テックシ

和田岬駅より徒歩1分!カフェのようなオシャレ空間で楽しむ、味自慢のメニューが魅力!

和田岬駅から徒歩1分、高松線沿いにひときわ目立つオシャレなお店『テックシ』さん。お店の名前通り、鉄板創作料理と串揚げが看板メニューですが、店内はゆったりとしたカフェ空間が広がっています。取材は平日のお昼過ぎに伺いましたが、そのオシャレな雰囲気誘われお子様連れの若いママさんたちも多く来店されていました。ランチメニューの種類は豊富で選ぶのも迷うくらい、どのメニューも魅力的。今回はおすすめの2品をオーダー。ローストビーフランチは、サシが程よく入った良質お肉とサラダがプレートになっていて、女性にも大人気。温泉卵もトッピングされていて、とろけるお肉と玉ねぎベースのソース、新鮮な野菜がマッチして抜群の美味しさでした!リピーターさん続出の理由が分かります。チキン南蛮ランチは、ビッグサイズのやわらかチキンに、柴漬け入りのピンクのタルタルソースと通常のタルタルソースの2種の味が楽しく、見栄えも味もボリュームも満点!スタッフ皆さんが明るく、居心地も最高のお店です。夜は、1本100円への串揚げから、こだわりのハラミステーキなど各種鉄板焼きメニューもリーズナブルに提供しています。ぜひ一度、ご堪能ください!



ピンクのタルタルで映えも味もバッチリ!



とろけるお肉とサラダの絶品プレート!女性にも大人気!

テックシ

〒652-0862
神戸市兵庫区
上庄通2丁目3-2
和田宮バル1F

電話 078-599-6199

営業時間 11:30~21:30

定休日 月曜

地下鉄海岸線『和田岬駅』
3番出口から徒歩1分

