

健康のかけはし

大田病院の「理念」

- 私たちの病院は
- ① だれでも安心してかかる病院
 - ② 心の通いあう、あたたかい病院
 - ③ 地域の人々と共に歩む病院
- であることをめざします。

No. 77
2022年11月25日

大田病院

〒143-0012 東京都大田区大森東4-4-14
☎ 03-3762-8421 発行責任者 渡邊 峰人

大田病院は基幹型
臨床研修病院です

人生の3分の1の時間は睡眠に費やしています。しかし、睡眠時無呼吸症候群(SAS: Sleep Apnea Syndrome【サス】)を患っている人良質な睡眠を取ることができず、日中の眠気などを生じ、生活の質が低下します。それだけではなく、高血圧、脳卒中、不整脈や狭心症などの心疾患、糖尿病などの生活習慣病を高い確率で合併し、生命予後にも関わってくることが分かっています。

SASは睡眠中に何度も呼吸が止まった状態(無呼吸)や止まりかけた状態(低呼吸)を繰り返す病気で、多くの場合睡眠中に空気の通り道(気道)が閉塞することで引き起こされます。冒頭でも述べたようにSASは生活習慣病が大きく関係しており、例えば薬が効きにくい高血圧(治療抵抗性高血圧)の方



の約80%がSASを合併しています。逆にSASを治療すればこの高血圧が改善する可能性も示されています。SASの早期治療で生活習慣病のリスクを下げることが、現在患っている生活習慣病のコントロールが良好になることが期待できます。

一部の方にとっては生活習慣の改善だけでSASを改善させることができます。生活習慣の改善の例として、①横向きで寝ること(仰向けで寝ると重力で気道が閉塞するケースがある)、②規則正しく十分に睡眠時間を取ること(1日7〜8時間の規則正しい睡眠が理想)、③減量(適正カロリーな食事、運動)、④禁煙、⑤就寝前の飲酒を控えることが挙げられます。これらを行います。これらを行ういくつかの医療機関に相談することが大切です。医療機関では保険診療内でSASの診断

と治療を行うことができます。自宅で行える簡易検査や1泊入院で行う精密検査を経て一定程度以上のSASと診断された場合、CPAP【シーパップ】の治療対象となります。CPAPは鼻に装着するゴム製のマスクで、睡眠時に装着しエアチューブを伝い気道へ空気を送り込むことで、気道を確保し無呼

吸や低呼吸の発生を防ぎます。適切な診断と治療によりSASは改善し、それに伴う症状、さらには高血圧をはじめとする生活習慣病の改善が期待できます。大森中診療所ではSASの診断から治療を行ういびき外来を設けています。日中の眠気や頭痛、就寝中のいびきなどのSAS症状がある方や高血圧でお悩みの方は、受診をご検討ください。

【いびき外来：火曜夜間、木曜午後、第1・第3土曜午前】

シーパップ CPAP療法

ご自宅でできる簡易検査

呼吸状態

測定項目(一例)

- SpO₂ (血液中の酸素濃度)
- 気流
- 脈拍
- いびき

※イメージ図です。
※医師の判断により、ご自宅での検査ができない場合があります。

シーパップ CPAP療法

睡眠時に、CPAP装置からエアチューブを伝い、鼻に装着したマスクから気道へと空気を送り込む

効果のしくみ

一定圧を加えた空気を鼻から送り込む

睡眠時無呼吸(閉塞型)

CPAP原理図

閉塞部位

睡眠中の気道を確保し、無呼吸の発生を防ぐ

日本呼吸器学会 呼吸器Q&A 「Q32.CPAP(シーパップ)とはどのような治療法ですか?」
https://www.jrs.or.jp/mod/ies/btzoar/index.php?content_id=141 [2021年11月閲覧] より引用

回復期リハビリテーション

病棟に着任しました

回復期リハビリ病棟医師 栗山陽子

10月より回復期リハビリテーション

シヨン（以下、リハ）病棟担当

医師として勤務しております。

夫が10年弱大森に住んでいた

ことがあり、また城南に移り住

み、こちらに就職することな

りました。湘南に住んでいた時

と比べ家賃が高く（1.5倍）

びっくりしています。

当院の回復期リハ病棟は50床

あり、患者さんは脳卒中後の方

が多く、骨折など整形外科疾患

の方が続きます。このご時世か

らか、新型コロナウイルスなど

の肺炎後に体力が落ち、1〜2

カ月リハを続けてから自宅に帰

った方が多いということで転院

される方が以前よりも増えた印

象を受けます。

れていく予定です。



診療情報管理委員会の紹介

毎月開催される診療情報管理委員会では、循環器科の佐久間隆貴医師を委員長に看護師・事務（診療情報管理士）により構成されています。退院時要約（サマリー）の記載状況を報告し、診療録に関係する事項の検討・決議、必要に応じて学習等を行う委員会議事録に残して周知徹底を行っています。

保管年数など診療情報（診療録・フィルム等）の様式・管理方法に関する事項。記載マニュアル作成・診療録の内容の質的監査など診療情報の質の向上等や改善に関する事項。症例報告など医療情報の利用・活用に関する事項、その他の診療情報管理の改善と推進に関する事項などを討議しています。

特にサマリーの記載割合に対しては病院機能評価（日本医療評価機構）・JCEP（卒後臨床研修評価機構）の評価項目で

もあり、診療録管理体制加算を算定している上でより重要度を増しています。電子カルテの時代になり、診療録の中身も時代とともに変化中、自己研鑽を深めて変化していかねばと毎日苦戦しています。

（文責 診療情報管理室

山澤 勝政）



次回第6回オンライン 地域健康講座配信予定

1. 睡眠時無呼吸症候群とCPAP療法について
大田病院 循環器内科 佐久間 隆貴
2. 「はたらく人のための腰痛予防」体操
リハビリ科 理学療法士

*過去の健康講座も引き続き視聴できます。



医療社会課 若林実法

直接人に向き合って、人のために働く仕事がしたいと思い医療ソーシャルワーカーになり、入職し2年目になりました。現在は医療相談室に所属し、患者さまの退院支援に関わる中で入院中の困りごとや医療費の相談に対応しています。未熟

なところも多く先輩方に助けてもらいながら、患者さまがどうしたいのか、どうすることが患者さまにとって一番良いのかを意識して相談業務にあたっています。大変なこともありますが、患者さまから学ぶことも多く充実した毎日を過ごしています。

休日は美味しいごはん屋さんを求めて、よく散歩しています。コロナ禍になる前は本場の味を楽しむべく国内外問わず旅行をしていました。特に学生時代にインドで食べたカレーは、日本で食べるカレーよりスパイスが効いていて美味しかったです。また、コロナが落ち着いたらいろんな国へ行って、美味しいごはんに出合えたらいいなと思います。

今回は、作業療法士（OT）の後村なつみさんです。