

## 診療のご案内

時間	月	火	水	木	金	土
9:30~ 12:00	★	★	○	—	△	△
13:00~ 16:00	★	★	★	○	—	△
17:00~ 19:00	—	△	△	○	—	—

★：初診・検査結果説明

○：再診 △：再診(1~2回/月)

外来休診日：日曜日・祝日・年末年始

## ご予約について

診察にはご予約が必要です。

お電話での受付可能時間は、

9:00~16:00(休診時間は除く)

詳細はホームページでご確認ください。

TEL:0538-39-0300 or



Web予約サイト

● 当クリニックは保険医療機関です。  
来院時には必ず保険証またはマイナンバーカードを持参ください。

## アクセス



車でお越しの場合  
磐田バイパス森岡ICより南へ7分

電車でお越しの場合  
JR豊田町駅(北口)より徒歩7分

## 施設概要

施設名称 磐田メイツ睡眠クリニック

住所 〒4380815  
静岡県磐田市中田648番地1

院長 柴田理恵



ホームページ

IWATA MATES SLEEP CLINIC

医療法人社団  
三遠メディメイツ

## 磐田メイツ 睡眠クリニック

睡眠障害の診断と治療を行う  
睡眠医療専門施設です。



# 良い眠りは健康への第一歩！

## ごあいさつ

一般には、よく眠れたかどうかを考える時、夜中に何度目が覚めたか、何時間寝たかといったことで評価することが多いです。しかし睡眠は量だけでなく質も重要です。朝目覚めた時に頭が重い、頭痛がする、日中に眠くなってしまふなどの症状はございませんか？

当院は睡眠時無呼吸症候群、ナルコレプシー、特発性過眠症、レストレスレッグス症候群（むずむず脚症候群）や下肢のピクツキ等を中心に睡眠医療に幅広く取り組んでおります。健康の維持・回復には質の良い眠りが必要です。

あなたの眠りは大丈夫ですか？

眠りでお困りの方、どうぞお気軽にご相談ください。



磐田メイツ睡眠クリニック  
柴田理恵

日中の眠気やいびきのある方は睡眠時無呼吸症候群の可能性が  
あります。

## 睡眠時無呼吸症候群とは？

気道の閉塞などが原因で、睡眠中に何度も呼吸がとまる病気です。

大きないびきや起床時の頭痛、日中の眠気、倦怠感などの症状があります。高血圧や脳卒中、心筋梗塞などの循環器疾患や糖尿病などの合併症を引き起こすこともあります。

さらに日中の眠気により交通事故などの原因にもなります。

終夜睡眠ポリグラフ検査を行った後、適切な治療を行う必要があります。

## 子どもでも無呼吸になるの？

小児の睡眠障害の有病率は約1~3%とされています。

実際にはもっと多いのではという報告もあります。

多くは2~4歳頃からいびきや無呼吸などが始まります。

この時期の無呼吸を放置しておく、睡眠中の成長ホルモンの分泌不足から成長・発育に重大な影響を及ぼします。

終夜睡眠ポリグラフ検査を行った後、適切な治療を行う必要があります。




## 終夜睡眠ポリグラフ検査って？

1 泊入院していただいで行う検査です。脳波・心電図・血中酸素飽和度などの各種センサーを装着して、睡眠・呼吸の状態を調べます。

この結果によって適切な治療が決まります。痛みは伴いませんのでご安心ください。

## どんな治療があるの？

1. CPAP（シーパップ）  
鼻マスクから気道に空気を送り込むことにより、気道の閉塞を防いで、無呼吸を改善します。
2. 歯科装具（マウスピース）  
軽度の睡眠時無呼吸症候群の治療に用いられています。（専門歯科施設を紹介いたします。）
3. 生活習慣の改善  
肥満の方は痩せることによって改善することがあります。食事や運動療法などを指導します。

## 他の睡眠障害は？

- ・ 過眠症  
（ナルコレプシー・特発性過眠症）
  - ・ 睡眠時随伴症  
（REM睡眠行動障害）
  - ・ 睡眠関連運動障害  
（レストレスレッグス症候群）等の治療を行っております。
- 