

睡眠医療を支える

睡眠医療で人々がハッピーになるように。



広報誌 R I S E 3 号

睡眠医療を支える

睡眠医療で人々がハッピーになるように。

ごあいさつ

昔から、「寝る子は育つ」と言われます。

子供の成長にとって最も重要なホルモンである成長ホルモンは、昼間起きている時よりも夜眠っている時、特に入眠直後の深い睡眠の時に最も多く分泌されることがわかっています。ですので、ただ長く寝ていればいいということではなく、ぐっすりと良く眠れているかが、健やかな成長にとっては重要なポイントになります。

子供の睡眠障害の中でも特に注意してみてあげていただきたいのが、今回の特集で取り上げる「小児の閉塞性睡眠時無呼吸」です。大人と違い、小児の場合、昼間の眠気などの自覚症状を訴えることができないため、気づかれにくいことが問題になります。周囲に気づかれず放置されると、成長障害をきたしたり、日中の問題行動(攻撃的、多動、注意散漫など)を生じ、発達の問題ともおおいに関わる可能性があり、最悪命の危険にもつながります。

親として看過できない大問題ですが、世間では意外とまだ知られていないのが現状です。お子さんの眠りについてのご心配事があれば、ぜひ当院へご相談ください。

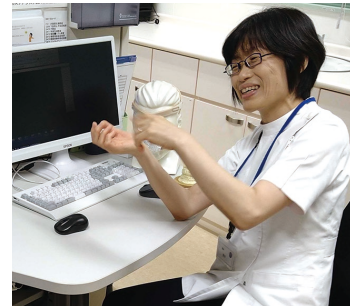
入院検査時にスタッフが気を付けていること

子供の入院検査は、大人の場合とは違う工夫が必要となります。

センサーを装着1つでも、声掛けの仕方・装着方法・装着にかかる時間などに違いがあります。

声掛けは簡潔で分かりやすい言葉を使い、装着の際は子供が飽きないように可能であれば親御さんに手伝ってもらいながらなるべく早く装着するようにしています。特に顔周りは嫌がる子供が多いので寝てから装着等の工夫をしています。他にもコードが子供の体に巻き付かないよう束ねたり、ベッドから転落することがないように柵を設置したりします。

親御さんが付き添いを希望された場合はもう1つベッドを準備するパターンと子供と同じベッドで寝ていただくパターンのどちらかになります。親子ともに気持ちよく入院検査をしていただけるよう様々な工夫をしています。検査が始まってから子供は無意識にセンサーを外しやすいので特に注視しながら、センサー不良がある場合にはすぐに入室し、正確な検査結果が出るように努めています。



日本睡眠学会専門医
日本循環器学会認定循環器専門医
日本内科学会総合内科専門医

院長 柴田 理恵



小児の閉塞性睡眠時無呼吸 (OSA)

小児のOSAはまれではありません。

多くは2～4歳頃からいびきや無呼吸が確認され、その原因はアデノイド増殖や扁桃肥大によるものが多くあります。鼻炎や肥満も影響し、その大きさのみで睡眠中の呼吸障害の程度を測ることはできず、診断には精密検査が必要となります。

小児期のOSAは発育・発達に影響することがわかっています。様子を見ましようでは手遅れになるかもしれません。なるべく早く、できれば就学前にしっかりと診断、治療することが望まれます。

小児の無呼吸を疑うポイント

就寝中

- 毎日いびきをかく
- 寝息が荒い、苦しそうな呼吸、咳き込みがある
- 睡眠中の息が止まっていると思うことがある
- 眠りが浅く、何度か目が覚める
- 寝相が悪い
- 口を開けて寝る
- 寝汗をかく
- おねしょをする



日中

- 食欲がない、食が細い、食事に時間がかかる
- 口を開けていることが多い
- 注意力が散漫で、落ち着きがない
- 成績の伸び悩みや学力低下が目立つ
- 眠そうだったり、よく昼寝をする
授業中に居眠りをする
- 寝起きが悪い
- 集中力がない
- 背が低い
- 胸のへこみがある



診断検査・治療

診断・検査

小児の場合、簡易検査では誤診につながる恐れがあるため、正確な診断には、終夜睡眠ポリグラフ検査が必要となります（2012年、米国小児科学会からOSAの診断と治療のための指針が発表されています）。

治療

- アデノイド切除術、口蓋扁桃摘出術、鼻炎の治療など耳鼻科的治療。
- CPAP治療、など。

小児の無呼吸は、早期診断・治療を！

詳しくは、当院ホームページ「いびき・息が止まる」でお悩みの方 をご参照ください。



患者さんと 地域の他医療機関を繋ぐ

9月3日は、「睡眠の日」です。睡眠の日に因んで広報誌を3月と9月に発行して参ります。おかげさまで、広報誌の発行も本誌で3号目となりました。

当院は睡眠のお悩みを診療するクリニックとして、今後もその機能を果たすため、地域の診療所や病院など様々な方々と医療連携を推進し、地域医療機関との紹介・逆紹介が円滑に行われるような取り組みをしております。

また、皆様からのご意見・お問合せに対する迅速な対応に努めてまいります。今後も室員一丸となり頑張りますのでご支援、ご指導よろしくお願ひ申し上げます。



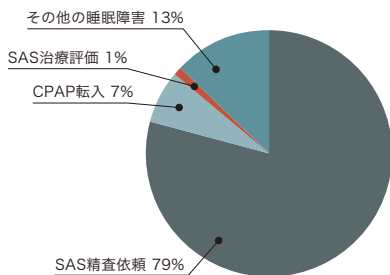
地域医療連携室 広報・営業担当
総務課課長 相葉 悟美

地域医療連携室だよりでは、睡眠時無呼吸症候群『入院検査からCPAP導入、患者様のお戻しの流れ』を掲載しております。

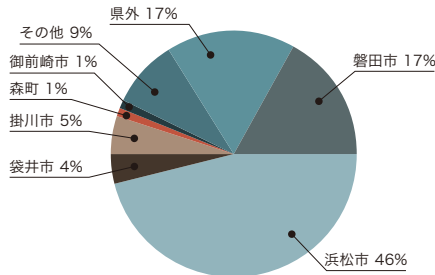


地域医療連携室だより

連携実績 2023年度上半期



ご紹介内容



ご紹介頂いた医療機関 (地域別)

初診患者数:	310名
紹介患者数:	110名
紹介率:	35.5%
医科連携医療機関:	47施設
歯科連携医療機関:	45施設
逆紹介患者数:	204名
逆紹介率:	65.8%

当院のご紹介

- ベッド数:10床
- 全部屋:個室



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

〒438-0815 磐田市中田 648 番地 1 (0538-39-0300)

