

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 6 号

睡眠医療を支える

睡眠医療で人々が（気持ちのよい目覚め、起床）ハッピーになるように。

ごあいさつ

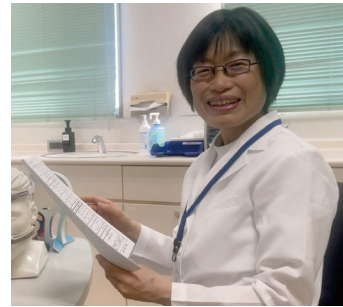
皆様、忙しい日々のなかでしっかり休養がとれていますか？

良質な睡眠を十分長くとっているにも関わらず、日中に何度も強い眠気に襲われて、意図せず居眠りを繰り返してしまう、なんてことはありませんか？

その症状は、過眠症かもしれません。

今回の特集は、過眠症のなかでも特徴的な症状を呈する、「ナルコレプシー」です。

たまに、朝起きられないからナルコレプシーなのでは、とご相談いただくことがあります。ナルコレプシーは、朝起きられないというわけではなく、昼間の過度の眠気（覚醒維持の困難さ）が特徴です。診断には入院検査が必要です。患者様から疑わしい症状の相談があれば、ぜひ睡眠専門外来への受診をすすめてください。



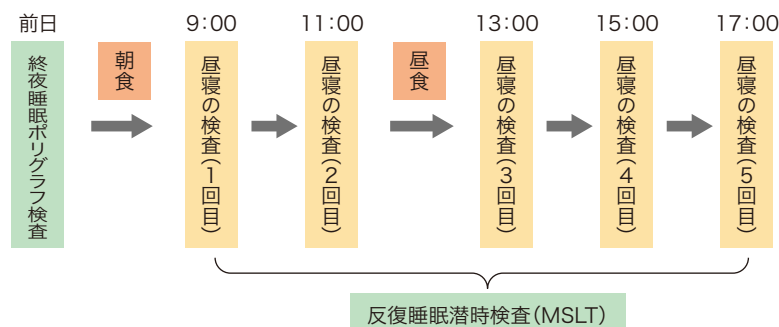
日本睡眠学会総合専門医
日本循環器学会認定循環器専門医
日本内科学会総合内科専門医

院長 柴田 理恵

ナルコレプシーの診断に必要な検査 (MSLT) について

ナルコレプシーなど過眠症の診断のためには、前夜の終夜睡眠ポリグラフ検査(PSG)と、翌朝から行う反復睡眠潜時検査(MSLT)が必要です。MSLTは、脳波と心電図を装着し寝つきに要した時間や睡眠段階を評価するもので、起床後1.5～3時間後から、2時間おきに5回実施します。担当スタッフは、正確な結果を得るために細心の注意を払います。

PSGでは、患者さんが安心して眠れるよう検査室の温度管理など、快適な環境を整えています。しかしMSLTでは検査の合間に患者さんが寝てしまわないような工夫が必要で、検査直前までスタッフが様々な配慮を行います。また、検査前決められた時間までに食事を済ませる、電子機器の使用を抑えるなど、検査時のルールを徹底していただいています。検査以外でも、遮光環境を整え、外出を抑えていただくことも必要となります。また測定機器の校正チェックを毎回実施し、信頼性の高いデータ提供に努めています。



ナルコレプシーとは

ナルコレプシー概要

ナルコレプシーは、日中の過度の眠気や、通常起きている時間帯に自分では制御できない眠気が繰り返し起こることを特徴とする睡眠障害です。突然の一時的な筋力低下（情動脱力発作）を伴う場合と伴わない場合があります。その他の症状として、睡眠麻痺、鮮明な夢、入眠時または覚醒時に起こる幻覚などが挙げられます。

主な症状

- 日中の過度の眠気（重度）
- 情動脱力発作（カタプレキシー）
- 入眠時または覚醒時の幻覚
- 睡眠麻痺、金縛りになる
- 夜間の睡眠障害（頻繁な覚醒、鮮明で恐ろしい夢を見るなど）



ナルコレプシーの診断

日中の過度の眠気がある患者に、カタプレキシーがみられる場合、医師はナルコレプシーを疑います。しかし、同様の症状を引き起こす他の病気もあるため、症状だけに基づいて診断することはできません。睡眠麻痺と、ナルコレプシーのような幻覚は、健康な成人、睡眠不足の人、睡眠時無呼吸症候群やうつ病の人でも起こることがあります。これらの症状は特定の薬剤を服用したときにも生じます。したがって、睡眠衛生を整えたうえで入院検査が必要になります。

ナルコレプシーは主に情動脱力発作の有無によって、Type1とType2に別れます。それぞれの診断基準は右の通りです。



ナルコレプシー Type1

- 基準AとBが満たされることが必要

A: 3か月以上の毎日耐え難い眠気や居眠りがある

B: 下記のいずれかを満たす

- (1) 情動脱力発作が存在、かつ MSLT（反復睡眠潜時検査）で基準を満たす
- (2) 脳脊髄液オレキシン値 ≤ 110pg/mL、
< 正常平均の 1/3

ナルコレプシー Type2

- 基準A-Eのすべてが満たされることが必要

A: 3か月以上の毎日耐え難い眠気や居眠りがある

B: MSLT（反復睡眠潜時検査）で基準を満たす

C: 情動脱力発作が存在しない

D: 脳脊髄液オレキシン値が異常低値または未測定

E: 他の原因で過眠症状やMSLT所見をよりよく説明できない

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6号目となりました。

当院は睡眠のため、地域の診療所や病院など様々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。



睡眠医療部 事務長 運営部長

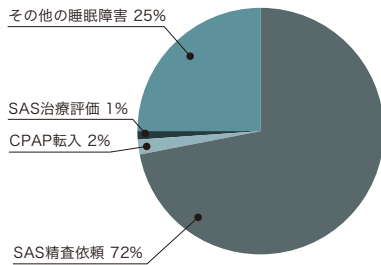
相葉 悟美

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。

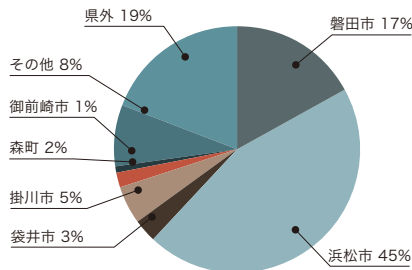


地域医療連携室だより

2024年下半期連携実績



ご紹介内容



ご紹介頂いた医療機関（地域別）

初診患者数：	276名
紹介患者数：	93名
紹介率：	33.7%
医科連携医療機関：	63施設
歯科連携医療機関：	52施設
逆紹介患者数：	213名
逆紹介率：	77.2%

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)

