



12月に入り、寒くなりましたね。クリスマスや忘年会など楽しいイベントも満載ですね。しかし飲み過ぎ食べ過ぎによる体重アップやうたた寝でCPAPのつけ忘れなど多くなってきましたので、節度を持って楽しみましょう。風邪やインフルエンザなども流行ってきますので体調管理にも気をつけましょう。また乾燥しやすい季節でもありますので加湿器のご希望があれば、申し出て下さい。

今回呼吸器内科専属の看護師とアシスタントが新しくメンバーに加わりましたので、ご紹介します。



伊吹 祐美

はじめまして。
10月より呼吸内科専属看護師として配属された伊吹祐美です。

9月までは、病棟勤務しておりましたので、すでに、見かけたことがあるという患者様もいらっしゃるかもしれません。10月から主に外来診察のサポートをしています。見かけたら声を掛けて頂けたら嬉しいです。

これから、皆様のお手伝いをさせていただけたらと思います。

私が配属され、1ヶ月が経過しました。何人かの患者様とはお話させて頂く機会がありました。そこで感じたことを書いてみたいと思います。

① 仕事など、毎日忙しい方が多い。

忙しい中で、月一回の受診、時間を割いて、来てくださっている方が多い！！

皆様、SASと向き合ってくださいているんだなぁと感じています。

② CPAPを使用することでよい睡眠が確保できている方が多い！！

長く使用している方からこの声を聞かせて頂くことが多いように感じます。

③ 喫煙家の方が意外と多い。

たばこをやめたいけど、なかなか踏ん切りがつかない…。体によくはないことはわかってはいるけど…。

当院では禁煙外来も行っております。外来受診はなかなか勇気がでないものです。

パンフレットなど準備しておりますので栄養指導・生活習慣病を含め、いつでも、伊吹までご相談下さい。



早野 明

10月から睡眠検査室に配属になった早野と申します。少しでも皆様が安らかな眠りを得るお手伝い出来る様に頑張ります。

CPAP ユーザーの声 【70 歳代男性】

昨年 11 月より使用し 6 か月になりますが、使用体験としてご報告いたします。私は 74 歳の男性です。CPAP を使用する事については、娘婿が我が家に帰って来た時「いびき」がひどく、たまには無呼吸になって寝ておりました。その後 CPAP 持参で帰ってきた際、無呼吸の症状がなくなっておりましたので使用効果を聞きますと体調が凄く良くなったと話してくれたことを思いだして、私の身体に振り返って考えてみました。

私も「いびき」がひどく、寝るとうるさいと妻によく言われておりましたので、治るものなら治したいと常々思っておりましたが、「いびき」は本人には痛くも痒くもありませんので治したいと思っただけでもなかなか受診するまでは至りませんでした。ところで私はこの 14,5 年の間に心臓バイパスの手術。脊柱間狭窄症で歩くことも長く立つことも出来なくなり腰椎の手術をしていました。その後、ある日突然血尿が出て受診の結果膀胱がんの診断で、時を待たず手術を致しました。お陰様で今は完治に近いところまで良くなっております。歳が歳だけに体型はメタボになっており、高血圧症で毎日薬を忘れることはできませんでした。70 年余り生きてきておりますので、他にもたくさんの身体の異常はひどくはならなくても生活習慣病と症状があります。元気に生きていくためには綺麗な空気を腹いっぱい吸い込んで全身に綺麗な血液を使って酸素を補う事が出来れば身体の機能も十分に働いてくれるものと考えます。それには CPAP を使用する事で、元気を取り戻すことができると私は思います。薬を使わずに治せることは本当の治療だと思います。最初一晩で 105 回の無呼吸があったそうですが、現在「6ヶ月」使用して大きい症状はなくなっております。毎晩セットしないと熟睡しないような気がします。メタボ対策と血液循環の手助けになるようにと現在 1 日 7,8km 歩いております。今後 6 ヶ月も続ければ元気な身体で卒業できるものと信じて頑張ります。

Dr.よりコメント

患者さんの中には、色々と体の不調が出て来られる方がおられます。しかし、一つ一つ丁寧に治療を受けることで、体の機能をなんとかコントロールできることも良く経験します。手術に次ぐ手術、服薬それに加えて CPAP。私自身は、現代医療の恩恵を受け、毎日快適に過ごして頂ければ良いのではないかと考えています。(吉嶺)



来年度もどうぞ
よろしく申し上げます。



SAS 診療室からのお願い

- ・CPAP ユーザーの方は、**月一度の外来受診**が必要です。受診のない場合は、機器の返却・回収となる場合もありますので、御注意下さい。当院は**予約制**になります。**15 日までに当月内の御予約がない場合は、受診願いの文書をお送りさせていただくこともありますので、御了承頂き、早めの御予約をお願いします。**
- ・診察日には**御使用中の CPAP 機器もしくはカード**を忘れず御持参下さい。
- ・当院ホームページ(<http://www.shunkaikai.jp/sleep/>)も是非御覧下さい。
- ・来月の土曜 SAS 外来は**1/14(吉嶺)、1/21(原田)、1/28(吉嶺)**です。

