



夏も終盤となってきましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。今年は熱中症になる方が多かったようです。水分・栄養補給を行いCPAPを装着し、しっかり睡眠をとりましょう。

今回のSASの音は、当院ホームページに新しいページ「CPAP ユーザーの声・スタッフ紹介」が加わりましたのでご紹介します。

睡眠検査を受けるまでの過程や、CPAP装着中の苦勞や工夫、CPAP装着前と治療開始後の劇的な症状の改善など、毎月当院に通院されている方々の声をまとめてみました。これらの体験談はきっと、他のユーザーの方々にも役に立つと思います。

また、約2年ぶりにスタッフの写真を差し替えました。みんなちょっと年を取りましたが、若さを忘れずに、検査と診療を頑張っていきます。一度ホームページを御覧下さい。

《当院ホームページの最新情報》

① CPAP ユーザーの声

SASの音において、CPAPユーザーの声として、当院外来通院中のユーザーの方からの貴重な御意見をいただき、掲載しております。
新しく使用される方、現在使用中の方も、皆様の意見を参考に、今後のCPAPライフを送って下さい。
今後も随時アップしていきますので、皆様楽しみにして下さいね。

CPAPユーザーの声最新5件です

- H23.5 SASの音 No.39(7月) [私は2017年からの約10年間、疑問に抱、悩みに苦しんでおりました。治療中の...](#)
- H23.4 SASの音 No.38(7月) [治療を続ける事が本当に困難な状況に陥り、数社のメーカーの健康食品等...](#)
- H23.3 SASの音 No.37(7月) [症状に思い悩んでおりましたが、結果として改善されるようになりました。CPAPの...](#)
- H23.2 SASの音 No.36(7月) [【40歳代・男性】CPAPを使用する事で、夜間呼吸が楽になったのが、初めての...](#)
- H22.12 SASの音 No.34(7月) [4-5年前からの慢性呼吸器疾患があり、その結果として夜間の呼吸困難を...](#)

② スタッフ紹介

睡眠専門呼吸器科の診療にCPAP療法は、患者様の研修が一番重要です。自宅で毎日使用するは大変だと思いますが、自分の健康の事を考えて、頑張って使用して下さい。また一日でも早くCPAPで平楽できるように、タイエトを心掛けて下さい。

使用していく中で、困ったことや聞きたいことが出てきましたら、お気軽に当院スタッフに御尋ね下さい。

新しいスタッフのもと、患者様によりよい医療を提供できるように努めてまいりますので、今後ともよろしくお願い致します。

当院ホームページアドレスは⇒【<http://www.shunkaikai.jp/sleep/>】からアクセスできますので、是非御覧下さい。

☆当院新スタッフ紹介☆

6月より当院睡眠検査室に SAS 担当アシスタントして 1 名新しく加わりました。CPAP ユーザーの皆様にも色々な場面で、お話をさせていただく機会があると思いますので、よろしくお願い致します。



津本 恩

今年 3 月に大学を卒業したばかりですが、呼吸器のことについて、少しでも皆さんの力になりたいと思っています。これから頑張っていきますのでよろしくお願い致します。

CPAP ユーザーの声 【60 歳代男性】

CPAP は 6 年程前に使用を開始しました。装着前の睡眠時間は 7-8 時間で、それでも眠気がありました。装着後は 5-6 時間と若干短くなったものの、眠気はなくなりました。また、妻より「イライラしなくなった」とも言われました。

当時を思い出すと、朝 10 時頃の会議で眠気があり、苦痛な時があったのが嘘のようです。早く CPAP に出会えたら良かったのと思いました。

今は退職し、趣味でゴルフを楽しんでおります。

- ① ゴルフ場間の車の運転で眠気がなくなった
- ② 体のだるさが消え、プレーでの集中力・持久力がついた
- ③ あくびをしながらのプレーで仲間に不快感を与えなくなった
- ④ シングルプレイヤーになった

何よりも他の病気をしなくなり、毎日を心身共に、健康に過ごしています。

Dr.よりコメント

海外の文献でも CPAP を開始してから、ゴルフのスコアが向上したとの報告があります。また、イライラや怒りっぽかった方が CPAP を開始してから、気持ちが落ち着かれる事を時々経験します。



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 **10/1(原田)、10/22(吉嶺)、10/29(吉嶺)** です。

10月