佐賀県保険医新聞

発行所
佐賀県保険医協会
佐賀市駅前中央1-9-45
(三井生命ビル4F)
電話 0952(29)1933
FAX 0952(23)5218
HP http://saga-doc.jp
hoken-i@star.saganet.ne.jp
購読料　1部　200円
送料込　年間2,400円
(会員の購読料は会費に含まれています)

医科歯科合同研究会

睡眠時無呼吸症候群の診断と治療

尾山 純一 先生

1月21日(木)佐賀市アバンセにて、医科歯科合同研究会「睡眠時無呼吸症候群の診断と治療」を開催いたしました。講師に尾山純一先生(佐賀大学医学部先端心臓病学講座(寄附講座)教授)をお招きし、35医療機関より52名の参加がありました。以下、参加者からの報告です。

1月21日(木)佐賀市アバンセにて、佐賀大学医学部先端心臓病学講座の尾山純一先生より「睡眠時無呼吸症候群の診断と治療」をご教授いただきましたので報告いたします。

・睡眠には入眠前に入浴し深部体温を上げること、牛乳に含まれるトリプトファンをとることなどが重要であり、寝酒や就寝前の携帯電話使用は避けた方がいい。睡眠が本当に足りているかどうかは日中に眠気がなくきちんと過ごせるかどうかを目安にする。

・睡眠時無呼吸症候群(SAS)の定義は、第一に習慣性いびき、日中過眠、夜間頻尿、覚醒時頭痛などの自覚症状があること、第二にPSG(ポリソムノグラフィー)で10秒以上続く無呼吸が一晩に30回以上、あるいは1時間に平均5回以上あることである。

・SASは日本の1～5%に存在し、一定の重症度(Apnea Index≫20)で5年以降(50歳以下では2年以降)の生存率が有意に低下する。ただし適切な治療により改善する。

・SASは高血圧、脳血管障害、糖尿病の発症リスクをそれぞれ2倍、4倍、1・5倍増加させる。また心房細動やメタボリック症候群を合併しやすくなる。

・SASの病態としては夜間臥床中に、間欠的に繰り返される低酸素状態と再酸素化が起こり、それに伴い炎症が惹起される。そのために生活習慣病を発症、悪化させやすい。さらに交感神経系の持続的亢進を来たしやすい。

・診断には簡易型および精密のPSGで行い、治療にはCPAP、マウスピース、生活習慣の改善が必要である。

・CPAPの離脱には減量(体重が10%減少するとAHIは26%減少)が必要である。

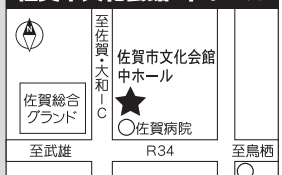
との話でした。またこの疾患は交通事故などを引き起こし、経済的損失が極めて大きくなるとのことであり、あらためて日常診療において注意をしていく必要があると考えさせられました。最後には佐賀大学による最新研究の一部をご紹介いただき、非常に役立つ勉強会でした。

(パナソニック田中史朗を目指す男)

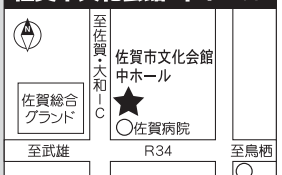
新点数説明会のご案内

会員参加費 無料

4月1日からの診療報酬改定に当たり、下記の通り説明会を開催いたします。
ご案内チラシ等を同封しておりますので、詳細はチラシにてご確認ください。

歯科
3月21日(月・祝) 18：30～
佐賀市文化会館 中ホール


☎0952-32-3000
佐賀市日の出1-21-10

医科(佐賀会場)
3月24日(木) 19：00～
佐賀市文化会館 中ホール


☎0952-32-3000
佐賀市日の出1-21-10

医科(唐津会場)
3月26日(土) 16：00～
唐津市民会館 大ホール

☎0955-72-8278
唐津市西城内6番33号

※できる限り事前の参加申し込みをお願いします。
※協会未入会の先生は、事前に入会手続きの上ご参加ください。

協会会員数
医科　641人
歯科　340人
合計　981人
(12月31日現在)

主な記事

・医科研究会「肺炎と心不全との接点」……2面
・わたしの主張「日医かかりつけ医機能研修制度」……2面
・九州厚生局との懇談会・質疑応答……4～5面
・経営税務「平成28年度税制改正大綱のポイントや注意点」……6面
・共済だより「グループ保険配当率16・42%に決定」……7面

曙

1月27日、鹿児島県鹿屋基地でゼロ戦が里帰り飛行を行った。機体は激戦地であったパプアニューギニアで1970年に発見されたものをアメリカで復元したものである▼ゼロ戦のオーナーである石塚政秀さんは「このゼロ戦を近代日本の道しるべとして終戦70周年である年に日本で飛ばし、これから日本を背負っていく若い世代にもその勇姿を見て何かを感じてもらいたい。そして第2次世界大戦で体験した不幸を二度と繰り返してはならないことも伝えたい」と願いを語った▼ゼロ戦は、当時、日本の航空技術を結集して作られた日本の誇りある優秀な機体だが、政治が技術の使い方を間違えた産物ではないだろうか。第2次世界大戦では、兵隊が人ではなく兵器として扱われ、多くの国民も犠牲になった▼昨年、国会周辺では、若者が集結し、安保法に反対する姿がみられた。渋谷でも高校生が「戦争に行くのは私たちだ」と声を上げ街宣デモ行進を行った。しかし、多くの国民が疑問を抱く中で、国会では安保法が成立した。安倍首相は、戦後70年談話の一文で「国内外に斃れた全ての人々の命の前に深く頭を垂れ、痛惜の念を表すと共に永劫の哀悼の誠をささげ、二度と戦争の惨禍を繰り返してはならない」と語っているのだが…。平和を願わずにはいられない。

(良)