



のぼり NOBORI で ラクラク受診



亀田グループの受診が便利になる医療情報管理アプリ「NOBORI」をご存知ですか？ スマートフォンやタブレット端末、パソコンをお持ちの方であれば、どなたでも無料プランで下記のサービスをご利用いただけます。

登録方法

無料プランは窓口での手続きなしで登録できます。

アプリケーションをインストール

STEP 1

App Storeもしくは、Google Playストアからスマホ用アプリをインストールしてください。



STEP 2

メールアドレスでアプリに登録

「医療機関の検索」で「亀田」と入力し、通院している医療機関を選択してください。氏名・生年月日・保険証情報・診察券番号と携帯電話番号を登録します。

STEP 3

SMS(ショートメッセージ)で本人確認

ご自身のスマホに届く「SMS」に書かれた番号を入力してください。予約・検査・お薬・人間ドックのデータを見ることができます。

NOBORIでできること

通院履歴・予約情報の管理

診療順番の確認・お知らせ

お薬や血液検査の結果を管理

医療費後払いサービス

お薬処方番号の表示

人間ドックの結果参照

[有料プラン]ご自身の電子カルテ(診療録)参照※

また、整形外科と皮膚科で「WEB予約」を試験運用中です。電話予約とは異なり、医師の指名や診察時間の指定ができない当日受付枠での診察となりますが、直近の日程で受診したいという方にお勧めです。

※[有料プラン]のご加入後、医療機関窓口で手続きいただくと、登録日の翌日以降の電子カルテの記録や検査画像を見ることができます。



ダイヤ改正情報

この春、高速バス「アクシー号」と、路線バス「長狭線」のダイヤ改正が予定されています。両路線を使って通院されている方は、運行会社のホームページから改正後の時刻表をご確認ください。



高速バス アクシー号 3/1改正

東京と鴨川間を結ぶ高速バス「アクシー号(東京鴨川線)」のダイヤが3月1日(金)に改正されます。

今回は減便を伴う改正となっており、当院発着の時刻が変わるほか、一部の便が特急になります。また、回数券の車内販売も2月29日(木)をもって終了となります。バス会社指定の販売窓口がお買い求めいただくか、WEB回数券をご利用ください。

※当院での回数券販売は昨年9月末で終了しました。

路線バス 金谷線・長狭線 4/1改正

路線バス「金谷線」は3月31日(日)の運行を最終日として廃止となります。これに伴い「長狭線」の運行ダイヤが4月1日(月)改正されます。運行時刻や運行本数が変わります。ご利用の際はご注意ください。

皮膚科 診療体制縮小のお知らせ



皮膚科ではより多くの新規患者さまに対応できるよう、予約のない当日受付も積極的に受け入れてきましたが、現在は医師不足により診療体制を縮小して対応しています。当日受付は医師指名ができないほか、診察まで長くお待たせすることや、やむを得ず人数制限を行うなど、ご不便ご迷惑をおかけしております。

4月に医師の増員を予定しておりますが、当面は診療体制を縮小しての外來運営となります。何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。





第4話 閉塞性睡眠時無呼吸症の治療

睡眠時無呼吸症の治療は、一定の基準を満たせば、保険で標準的な診療が受けられます。当初、閉塞性睡眠時無呼吸症候群と呼ばれていましたが、病態や原因、検査、診断、治療方法などが確立し、現在では睡眠時に息が止まる疾患群という症候群から病態のはっきりした睡眠時無呼吸“症”という扱いになっています。

検査

診療の流れは、まず睡眠障害の検査、診断を行います。当院では呼吸器内科が担当し、脳波や呼吸の状態、心電図など多様な検査、ポリソムノグラフィ検査 (Polysomnography: PSG 検査) を行い、睡眠障害の原因を追求し、それに見合った治療の選択を行います。PSG 検査は1泊入院しての検査となりますが、脳波測定を含まないご家庭での持ち帰り検査が可能な簡易検査もあります。

睡眠障害には、大きく分けて睡眠の量の不足 (睡眠不足症候群、長時間睡眠者、不眠など) と睡眠の質の低下 (睡眠関連呼吸障害、周期性四肢運動異常症、慢性呼吸不全、痛みを伴う身体疾患など) があり、これに加えて覚醒の維持の問題、サーカディアンリズム障害^{*}、神経疾患、精神疾患、薬物によるものなどがあります。睡眠障害にはさまざまな原因があるので適切な検査診断が必要です。

診断

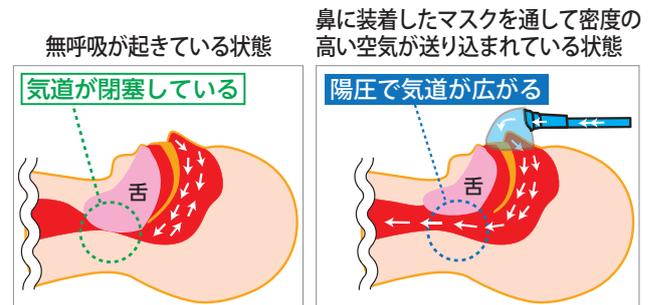
閉塞性睡眠時無呼吸 (Obstructive Sleep Apnea: OSA) は、睡眠中に上気道の軟組織や舌が弛緩して落ち込み、気道を狭窄及び閉塞した結果、低呼吸 (Hyponea) や無呼吸 (Apnea) を起こすものをいいます。無呼吸は10秒以上の気流停止したもの、低呼吸は換気が50%以下に低下した状態が10秒以上続く、もしくは動脈内の酸素濃度が3~4%以上低下したものをいいます。このことから、危ない無呼吸は10秒以上続くものといえます。要注意です！

この無呼吸や低呼吸が続くことで、体内の酸素が減少して、その苦しさから、呼吸を再開しようとして安眠が妨げられます。睡眠中に中途覚醒を繰り返すことで、睡眠は分断され、十分に眠れないことから、日中に強い眠気を伴い、注意力や判断力の低下、作業効率の低下、慢性疲労感などを生じるようになります。さらに、睡眠時の低酸素は、頭痛、脳血管障害、高血圧、循環器疾患に関連し、ストレスを伴って自律神経の異常やうつ病等の精神疾患、高脂血症、糖尿病、肥満、など多くの疾患に影響するといわれています。

治療

前述の無呼吸と低呼吸の合算が1時間に20回以上ある場合は、鼻から陽圧空気を送り込む、経鼻持続陽圧呼吸療法 Continuous Positive Airway Pressure: CPAP が適応となります。20回以下の場合、保険診療では口腔内装置 (Oral Appliance: OA) が適応になります。このOAは、下顎や舌を前に出すことで気道を広げて息を楽にする効果があり、口呼吸を遮断するので鼻呼吸を優位にする効果もあります。

CPAP治療イメージ



閉塞性睡眠時無呼吸症 (OSA) の直接的原因に肥満・顎が小さい・鼻づまりなどが挙げられます。



受診相談先

当院ではOSAの治療は呼吸器内科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科が担当しています。睡眠呼吸障害を認める方、睡眠検査を希望される方は「呼吸器内科外来」を受診ください。また、鼻づまり、鼻イビキがひどいと思う方は「耳鼻咽喉科外来」を、そのほか顎が小さい、舌イビキがひどいと思う方は「歯科口腔外科」までご相談ください。

^{*}サーカディアンリズム障害：体内時計の周期を外界の24時間周期に適切に同期させることができないために生じる睡眠障害。