

恵友

医療法人恵友会

霧ヶ丘つだ病院

ほっとホーム霧ヶ丘

恵友会デイサービスセンター

訪問看護・ヘルパー

ケアプランステーション



今号の恵友

- ・睡眠呼吸センターの取り組み
PSG検査5000例
CPAP管理数1000名突破
- ・COPD啓発イベント
「肺 OLD ARE YOU？」

- ・メディア出演
RKBラジオ「アレルギー談話室」
- ・連携室だより
- ・健康フェア2011ー
- ・相澤先生を偲ぶ

『わっしょい百万夏祭り 2011』

北九州市の代表的な夏祭りです。毎年150万人の観客が市内・県内外から訪れます。市内各地の山笠が一堂に会して迫力あるパフォーマンスを披露し、百万踊りやわっしょいYOSAKOIなどの一般参加による催し物も二日間に渡り多数行われます。

最後は夏の風物詩である打ち上げ花火で締めくくられ、色とりどりの大輪の花々が夜空に咲き誇り、見物客に感動を与えてくれます。

《撮影 廣畑 正己》

睡眠呼吸センターの取り組み

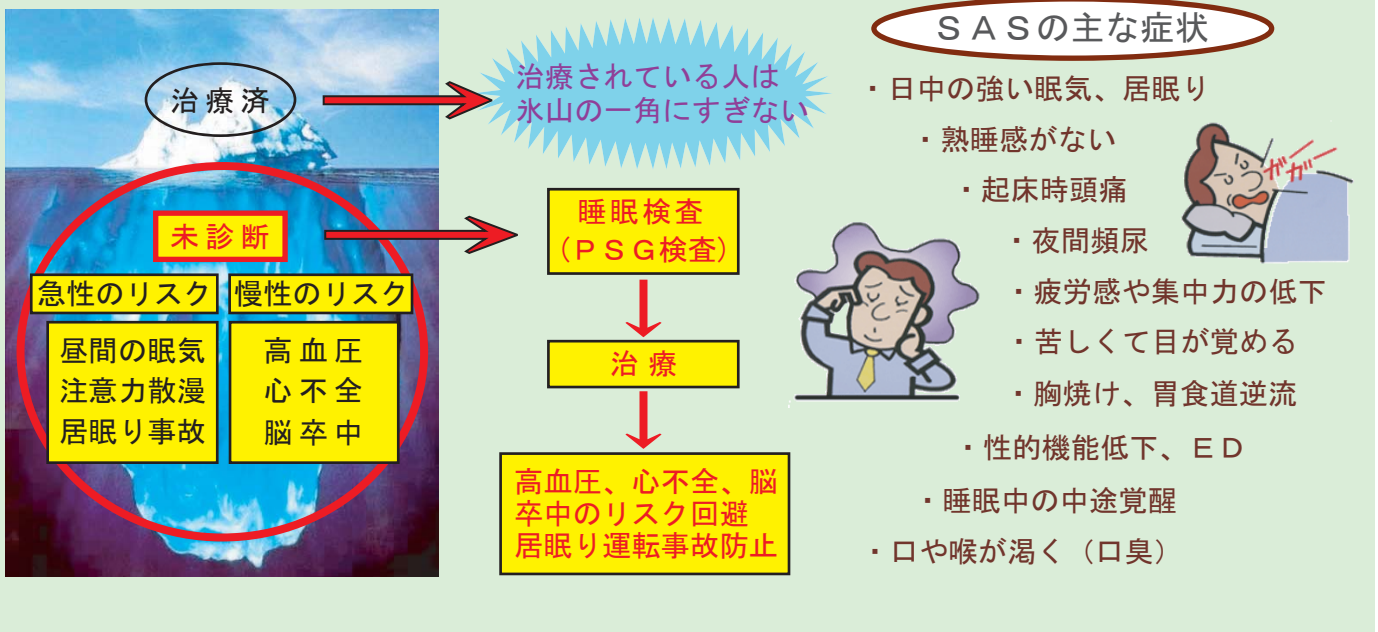
— 開始12年でPSG検査5000例、CPAP管理数1150件に —

当院では1999年に睡眠時無呼吸症候群の診療体制を構築して以来、検査・治療を行ってきました。また、地域における睡眠障害を扱う医療機関として、様々な睡眠障害への対応を行っており、2005年には日本睡眠学会認定医療機関に認定されました。

睡眠検査(PSG検査)では、睡眠学会認定検査技師(3名)を中心に、夜間の急変や電極外れなどの対応のため終夜モニタリング体制とし、充実した質の高い検査を提供しています。

睡眠時無呼吸症候群とは??

いびき・無呼吸に伴う身体の酸素不足等による心臓や脳へのダメージを与えるだけでなく、熟睡できなくなり、眠気でヤル気もなくなってしまいます。



睡眠時無呼吸症候群の診断には、まず、ポリソムノグラフィ(PSG)検査が必要です

終夜睡眠ポリソムノグラフィ(PSG)検査は一晩入院していただき、左下の写真のように睡眠中の状態を評価する検査です。

このような状態でも、飲食やトイレは可能です。また、お部屋は完全個室で、テレビ・エアコン・トイレなど備えており快適にお休みなれます。



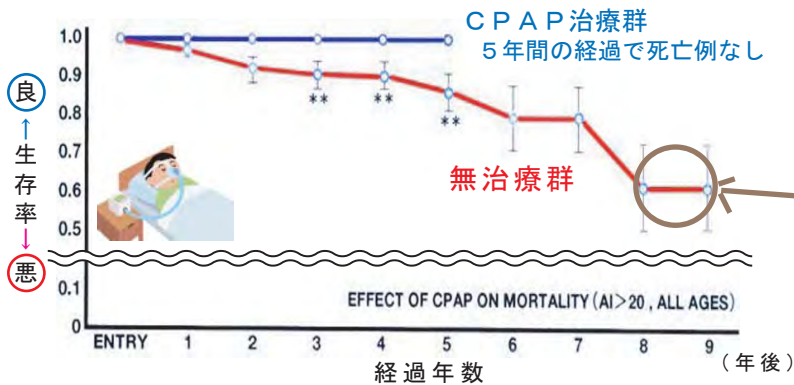
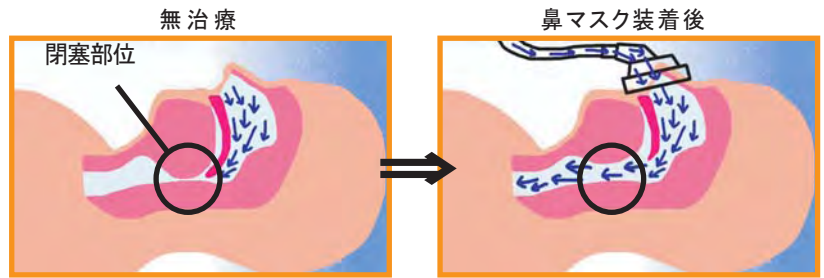
当院は専門の検査技師による終夜モニタリング体制をとり、一晩に4名まで検査が可能です。

PSG検査の測定・評価内容

測定内容	評価
脳波・眼球運動 頤筋筋電図	睡眠の質 (睡眠の深さ、中途覚醒など)
呼吸センサー	呼吸の状態(無呼吸の有無)
胸腹部バンド	換気運動(胸、腹の動き)
心電図	不整脈や心拍数の変化
動脈血酸素飽和度	体内の酸素濃度 (低酸素血症の把握)
体位	寝ている向き (仰臥位で無呼吸は発生しやすい)
下肢筋電図	足のピクピクした動き
マイク	いびき

CPAP療法とは？

CPAP療法では、患者さんの気道閉塞の度合いに合わせた空気圧を鼻マスクによって、鼻から気道へ送ります。このことにより喉の組織を広げ、舌を押し上げて気道を開けて無呼吸の発生を防ぎます。

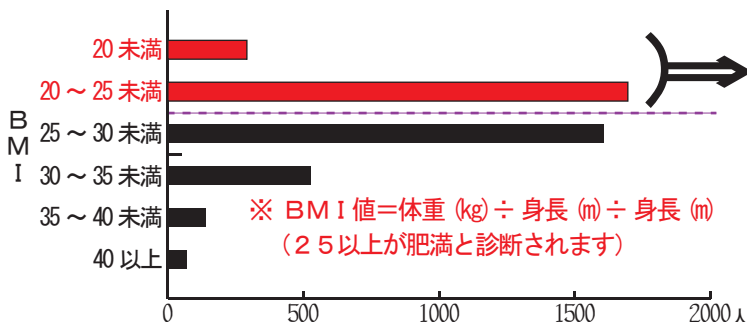


CPAPを使うと寿命がのびる

左図の通り、CPAPを使うと生存率に明確な差が表れています。

1時間に20回以上無呼吸がある人では8年後の生存率は63%まで下がるというデータも出ています。

やせていても無呼吸症候群に要注意！



睡眠時無呼吸症候群は肥満の人に多いと思われていますが、やせていても31%の人にCPAP治療の適応となる中等症の無呼吸がありました。

(やせていても顎骨格の影響により、イビキ・無呼吸を引き起こすことがわかっています)

やせている方は、マウスピースによる治療が有効です



マウスピースを装着することで、下顎を前方に出して気道を確保し、睡眠中の喉の狭窄や閉塞を防ぎます。



睡眠歯科外来
(睡眠時無呼吸の治療用)
マウスピース作成

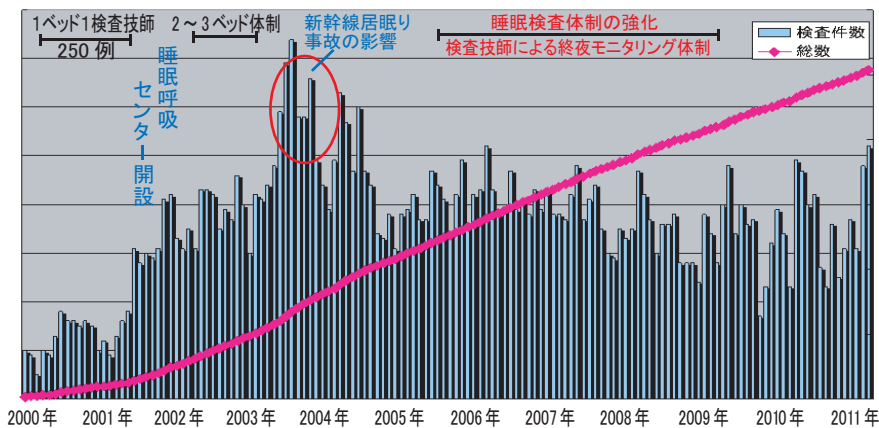
担当医：津田 緩子
診察日：月2回土曜日午前中
(完全予約制)



無呼吸用治療マウスピース

イビキ・無呼吸の治療に用いるマウスピースは、歯ぎしり防止用やスポーツ用とは異なった形状をしています。

PSG検査件数の推移（2011年6月30日現在）



**検査総件数
5105件**

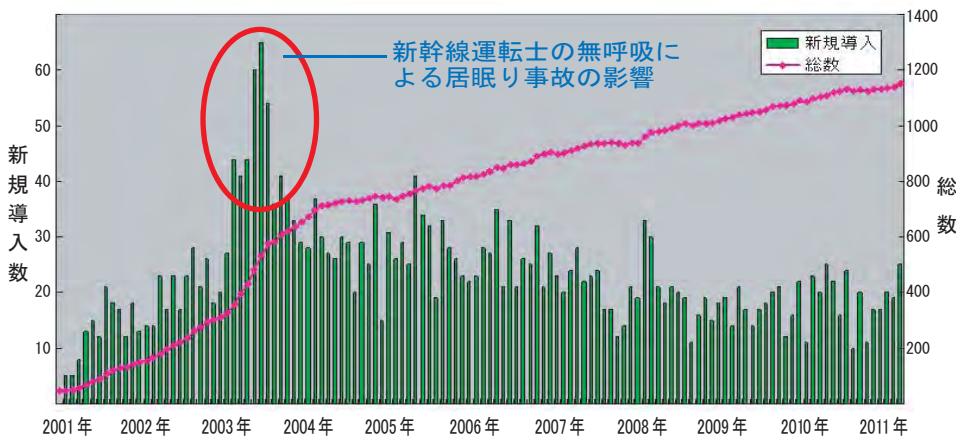
男性4089人 女性1016人

（平均年齢 52歳
平均身長 1.66m
平均体重 71.6kg
平均BMI 25.7
平均首周囲径 39.2cm
平均ウエスト 90.7cm）

近年では睡眠時無呼吸診断のためのPSG検査だけでなく、^{*}他の睡眠障害でのPSG検査が増加傾向にあります。

※むずむず脚症候群やナルコレプシーなど

CPAP管理数の推移（2011年6月30日現在）



**管理総件数
1152件**

また、希望者は治療が安定すればかかりつけ医へ転院も可能です。
(転院数 495件)

CPAP機器展示コーナー

当院の展示コーナーではCPAP機器の他に、無呼吸睡眠時症候群や睡眠関連のパンフレットを置いてあります。

また、睡眠時無呼吸症候群の啓発ビデオも常時上映しています。

(新機種や新マスクがでましたら随時展示していきます!)



当院では、無呼吸の検査から治療、肥満を伴った無呼吸患者さんに栄養指導や運動療法を行い、CPAP治療からの卒業に向けての取り組みを行っています。

検査室直通電話：093-921-0493

メディア出演

肺 OLD ARE YOU ?

5月20日に福岡市天神のソラリアプラザ1階にて、世界禁煙デー（5月31日）に先駆けた啓発イベントが催されました。

来場された方々の肺年齢を無料で測定するコーナーやギネス記録に認定された世界最大の肺模型も展示されており、道行く人々の目を引く大盛況ぶりでした！また、元プロ野球選手・監督で現野球解説者である東尾修さんと当院長の津田徹によるトークセッションでは、実際に東尾さんに肺年齢を測定していただき、タバコが放射線より危険であることをお話しました。（下図）



東尾さんと津田院長の対談



喫煙によるリスクの目安

肺年齢とは、肺の健康状態を表す「ロスマーター」。健康なつもりでも、肺の老化は進んでいることがあります。
この機会に、自分にはおぼつかない肺の健康に目を付けてみませんか？
肺の構造とタバコの害について学ぶ世界最大の肺模型や、自分の肺年齢を知ることでできる肺年齢測定など、実際に体験できるイベントが盛りだくさんです。

■ 世界最大の肺模型展示
COPD（慢性気管支炎・肺気腫）の発症率や、喫煙による肺のダメージを、巨大な肺模型で体験できる。10:30~17:00

■ 肺年齢測定
10:30~17:00

■ トークセッション
12:00~

■ 日時 2011年5月20日(金) 10:30~18:00

■ 会場 天神ソラリアプラザ イベントスペース セファ
福岡市中央区天神4-4-3 ソラリアプラザ1F
（JR天神駅西口徒歩5分）



ギネス認定のビッグな肺模型

このイベントは以下の報道で取り上げられました。

読売新聞、毎日新聞、西日本新聞、毎日 jp (WEB)、YahooJAPAN ニュース (WEB)、天神経済新聞 (WEB)、NHK 福岡「熱烈発信！福岡 NOW」、NHK 福岡「ニュース 845 福岡」、KBC 九州朝日放送「KBC ニュースピア 630」、RKB 毎日放送「今日感テレビ」、TNC テレビ西日本「TNC スーパーニュース」

KBC ラジオ「アレルギー談話室」

6月12日に津田院長がKBCラジオの最長寿番組であるアレルギー談話室に出演し、「梅雨時のアレルギー」というテーマで、カビとアレルギーの関係や夏型過敏性肺炎についてお話をさせていただきました。

連携室だより



医療連携室に新しくメンバーを加え、新体制となりました。

Tel : 093-921-0488 Fax : 093-921-0489

看護部門：中山 初美（看護部長）、松本 恵美子（外来看護主任）

医療福祉部門：末松 利加（医療ソーシャルワーカー）、大森 繁樹（医療ソーシャルワーカー）

事務部門：廣畑 正己（事務部長）、坂上 香代（医事課主任）、
西田 順子（医事課）

医療機関の皆様へ

外来のご紹介 ⇒ 坂上 または 西田が承ります。
入院・転院のご紹介 ⇒ 中山 または 末松が承ります。

患者さん・ご家族の方へ

入院・転院相談を主に、さまざまなお相談をお受けしています。
お一人で悩まず、まずはお気軽にご相談ください。

健康フェア - 2011 -

6月4日(土)、霧丘校区の社会福祉・まちづくり協議会とサンキュードラッグ霧ヶ丘店さんの協力をいただき、年中行事の一環として当院にて健康フェアを開催いたしました！

まだ肌寒い時期ではありましたが、今年も100名を超える地域の方々がお越しください、各フロアは測定や展示見学で大変にぎわいました♪

年1回の健康フェアではありますが、今後も地域の方々の健康サポートイベントとして続けて参りたいと思っておりますので、来年もたくさんのご来場お待ちしております☆

《1階会場》

健康フェアでは肺・骨・肌・血管の年齢を測定することができます☆



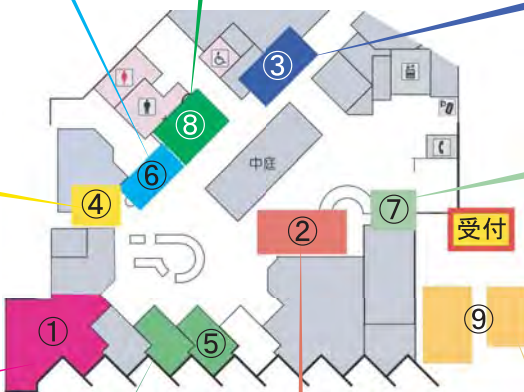
毎年人気の肺年齢測定



1番人気の体脂肪・血管年齢コーナー



健康食が試食できるコーナー



普段気になることも相談してみては？

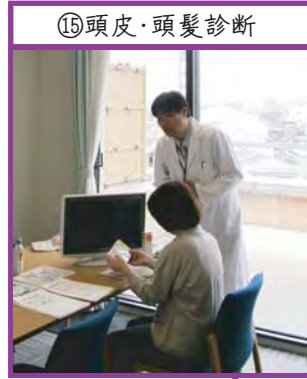


今年のバザー也大盛況でした

《4階会場》

毎年人気の骨密度や肌年齢のチェックコーナーに多くの方が足を運んでいました♪

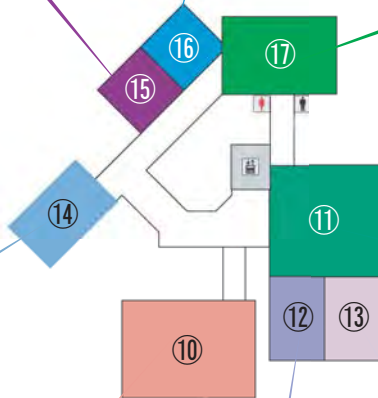
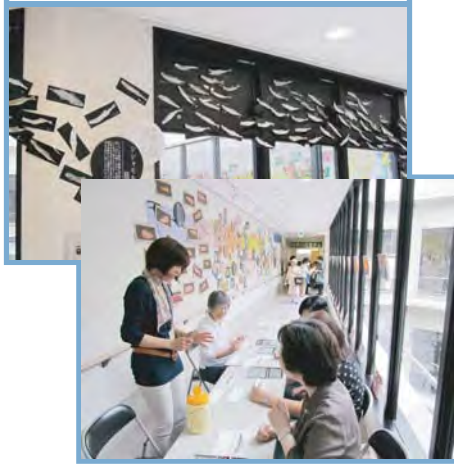
また、アートセラピーやリンパドレナージュなど自分で体験するコーナーも盛り上がりました！



頭皮・肌・骨などは誰もが気になる部分です



⑭アートセラピー作品展示コーナー



⑪健康体操・体力測定コーナー



自分の限界に挑戦



良好な食事バランスも健康維持の1つですね



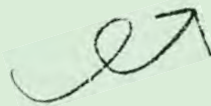
リラックスできる香りをチョイス！



リンパをマッサージしてむくみ解消中

🌻 花壇をリニューアルしました 🌻

昨年同様、国道沿いの花壇の植え替えをしました～♪
今回は看護部長が選りすぐった小さくて可愛らしいお花で華やかに☆皆さんの頑張りとし鮮やかな花々のおかげで病院前と屋上庭園がとても明るくなりました！



健康フェアにおいても、多くの方が屋上庭園に足を運んでくださいました☆



外来担当のご案内

【外来担当表】

2011.8.1

下記の担当医は、都合により変更になる場合がございます。その場合は他の医師が診察いたしますのでご了承ください。
水曜の夜は19:30まで一般内科外来を受け付けています。勤め帰りの方もご利用ください。

	午前(9:00~12:00) 受付は11:30まで	午後(14:00~17:00) 受付は16:30まで	(17:30~20:00) 受付は19:30まで
月	津田 徹 自見 勇郎(～10:30) 増井 太郎(10:30～)	一木 克之	
火	津田 徹 一木 克之 良永 倫子	リウマチ外来 加茂 洋志 自見 勇郎	
水	午前外来休診	北島 裕子[九大呼吸器科] 鈴木 雄	一般内科・呼吸器外来 津田 徹(一木 克之) 一般内科・糖尿外来 市野 功[九州労災病院]
木	津田 徹 良永 倫子 自見 勇郎(10:30～)	リウマチ外来 加茂 洋志 自見 勇郎	
金	津田 徹 一木 克之 鈴木 雄(10:30～)	今岡 治樹[久大1内科]	
土	津田 徹/自見 勇郎[隔週] 鈴木 雄/今岡 治樹[交替] 脳血管外来 石束 隆男[第2土曜] 睡眠歯科外来 津田 緩子[月2回:予約制]		(注) 院長の外来診療は、予約制となります。

※月に一度、最初の診察日には**保険証**を忘れずご持参ください。

※日曜、祝日、土曜午後、水曜午前は休診です。(その他の休診日については、その都度掲示致します)

※睡眠呼吸障害外来の初診は月～土の全診療時間で行っております。

※当院にお掛かりの方で喘息の発作その他緊急時には、夜間でも電話(952-1304)をかけてご来院ください。

相澤先生を偲ぶ

相澤久道先生は1977年九州大学医学部を卒業され、1980年より当院で前理事長 津田稔(私の父)と週に1回呼吸器の患者さんの診療をしていただきました。私の父と診察室でよくお話をされていたのが、目に浮かびます。

私も縁あって、相澤先生と同じくカリフォルニア大学サンフランシスコ校に留学することになり、推薦状を書いていただきました。その後は相澤先生のお引き立てにより、現在、当院にも多数の患者さんが来られているCOPDや喘息の勉強をさせていただきました。

2001年に久留米大学内科学講座呼吸器・神経・膠原病内科の主任教授にご就任後も、当院へおいでいただき、COPDの臨床だけでなく、啓発活動、政策的な面に至るまで、医師としての枠を超えた大きな視野に立った活動を教えていただきました。

昨年の日本呼吸ケアリハビリテーション学会では、相澤先生に座長をしていただき、「COPD患者さんがもっと良い生活をおくるために」と、お話をいたしました。その質疑応答の中で、私の父の診療スタイルにも触れていただいたことは、患者さんへ向いた当院の気持ちが脈々と続いていることを改めて実感できました。

今年の春、相澤先生を失ったことは、言葉で表せないほどの大きなものでありました。

今は、先生のご遺志をついで、前へ進み出しました。

彼の地で、父をよろしくお願い申し上げます。今後ともお見守りください。

津田 徹

