ぐっすりーぷ

Vol.13 No.4
SAS支援会

〒951-8061
新潟市中央区
西堀通7番町
こうの歯科
（担当：河野）
025-226-6050

＜＜重要な決定＞＞
睡眠検査を２０２２年3月で終了
以後は「すいみん医科歯科センター」に移管

かねてからの懸案でした「睡眠歯科センター」での睡眠検査は２０２２年3月で完全に終了しました。今後は、新潟市中央区紫竹山（弁天橋近く）の「すいみん医科歯科センター」で睡眠検査を行います。

「すいみん医科歯科センター医科本部」には本学を定年退職する河野正己教授が本年の8月に名誉所長として赴任予定ですので、

- 睡眠ポリグラフ検査
- 睡眠潜時反復測定
- 深部体温検査
- 呼吸機能検査
- 鼻腔通気度検査
- 舌エコー検査
- 睡眠中の嚥下検査
- 睡眠誤嚥リスク検査
- 睡眠時異常行動検査
- 歯ぎしり検査
- 機能セファログラム

などの検査が可能です。

新潟大学から本院に河野正己教授が赴任して２２年、６千件以上のＰＳＧ検査の実績もあり、全国１０７施設、新潟県では3施設しかない日本睡眠学会専門医療機関に認定されて２０年になります。この歴史と伝統は「すいみん医科歯科センター」に引き継がれます。

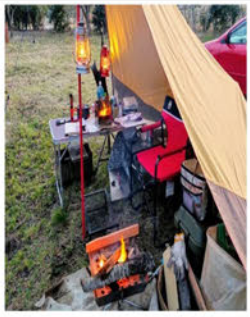
新潟市中央区紫竹山の「すいみん医科歯科センター医科本部（こばやし内科）」の他に新潟市中央区西堀通りに同センターの歯科本部（こうの歯科）があり、日本睡眠学会歯科専門医がマウスピース治療を行っております。今後はさらに西新潟地区、東新潟地区、三条地区に老健施設を備えた支部の展開が計画されています。

2面　1面
「睡眠検査終了、医科歯科へ」
「須田会長のフライパンつまみ」
「気になる医療ニュース」
「思い出のぐっすりーぷ」

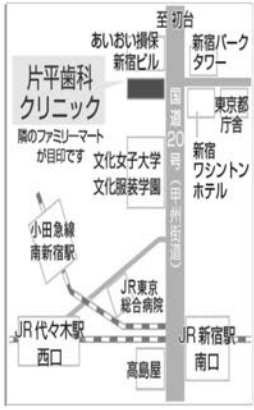
フライパンでおつまみ　番外
「ソロキャンプでスキレット料理」

支援会会長　須田　和行

新潟バーベキュー協会会長　新潟もコロナのまん防の最中、気分転換にソロキャンプに行ってきました。午後から設営を始めて終了後は近くの日帰り温泉で汗を流し、夕方日の高いうちから早速風呂上がりのビールで乾杯です。今回はミニスキレットという鋳物製12センチ位のフライパンを用意し、ソロキャンプ用の小さな焚き火台で料理を作ります。一品目は玉ネギの入った練り物を弱火でじっくりと加熱し、醤油を垂らして熱々を頂きます。少し焦げた醤油の風味が玉ネギの甘さとマッチして良いですねぇ。あぁ、風も無く穏やかな夕暮れに1人じっくり火にあたりながら酒を飲む幸せよ。そうこうしているうちに日も暮れてきたのでランタンに火を灯し、焚き火で暖を取りながら次の料理は定番のソーセージ焼き。スキレットは厚手の鋳物製なので熱がじんわり入り皮はパリパリ、噛むと肉汁がじゅわっとあふれ出ます。そこにすかさずビールをぐびぐびすればもう至福のひとときそしておつまみ用の小さな焚き火台で料理



次は大好きなホタテ焼きで、ボイルしたホタテにバターとにんにくを追加し焚き火台で炙ることしばし。濃厚なニンニクの香りが立ちこめますが、誰構うことの無い自由なお楽しみの時間が到来です。外も冷えてきたのでワンカップ酒をお湯に放り込み熱燗にしたのをぐびぐびっと。お腹の中からじんわりと暖まるのが心地よいですねぇ。そしてもはや勢いの止まらない飲んべえソロキャンパーは、カマンベールチーズをスキレットで焼きながら禁断のワインに手を伸ばし、焚き火の爆ぜる音と共に静かに夜は更けてゆくのでした。



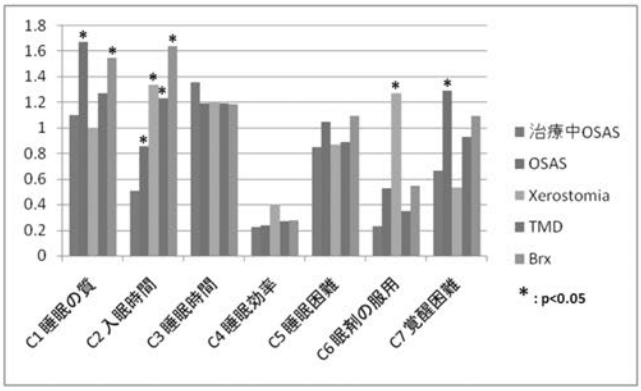
医療法人康治会
片平歯科クリニック
www.katahiradental.com/

The Good Sleep Archives

「睡眠障害は「歯ぎしり」に強かった」

（３）第１巻４号（2010年８月）

日中の眠気や睡眠障害を引き起こす疾患では睡眠時無呼吸症候群が有名ですが、日本歯科大学で調査した結果では、口腔乾燥症（図の三段目）や顎関節症（図の四段目）や歯ぎしり症（図の五段目）にも睡眠障害が合併することがわかりました。そして、その睡眠障害の程度は、歯ぎしり症が7・3点、顎関節症が6・1点、口腔乾燥症が6・6点と、中でも歯ぎしり症は未治療の睡眠時無呼吸症候群の6・8点をしのぐほどでした。



歯ぎしり症による睡眠障害は、睡眠の質が悪いことと寝つきが悪いことが問題でした。昼間の眠気こそ、睡眠時無呼吸症候群にはわずかに及びませんでしたが、他に比べた疾患中で一番でした。

これを受けて、日本歯科大学新潟病院では歯ぎしり外来と連携をとって、歯ぎしり症に対しても積極的に診断し治療を行うことにしました。

お近くに歯ぎしり症でお悩みの方がおりましたら、担当医にご相談ください。

（本記事のデータは2010年の「臨床精神医学」39巻5号681-689に掲載された河野正己の論文の一部を引用しました。詳細は同論文をご参照ください）

今月の気になる医療ニュース

3589「なぜ顔は前を向いている?」生物進化を"口"の発達から考えた
3590 コロナ退院後、心拡張機能障害の頻度が2倍に
3591 HPV関連中咽頭がん、放射線治療低侵襲化の転帰良好
3592 コロナワクチン接種による体外受精への影響みられず
3593「下顎整骨術による難聴改善」をうたう広告に注意喚起
3595 アジア系NAFLD患者の死因は肝臓関連が多い
3597 飲酒は開放隅角緑内障の危険因子？
3598 減量・代謝改善手術が糖尿病治療に高い効果
3599 不眠症患者に推奨される安全な維持薬物療法は？
3600 巻き爪治療、水酸化ナトリウムとフェノールを比較
3601 網膜年齢と暦年齢の差から死亡リスクを予測
3602 がん経験者には「座位時間」を減らすよう生活指導が効果的
3605 脳卒中や心臓発作と網膜静脈閉塞症との有意な関連
3607 見落とされている"ささやき脳卒中"
3608 AGA薄毛治療薬3種、最も効果があるのは？
3609 出産前後のコロナ感染で死亡や産科合併症のリスク上昇
3610 睡眠時間を増やすと摂取カロリーが減少
3611 ワクチンの感染予防効果、高リスク者は7カ月で消失か
3612 スポーツ関連心停止、現場での蘇生増加で生存率改善
3614 コロナ回復後のワクチン接種で再感染率が低下
3615 経鼻内視鏡の際に「鎮静しない」は47.3%
3616 心不全の予後、鉄欠乏症の定義により差
3617 高齢化で増える慢性腎臓病合併心房細動患者の課題
3618 認知症の原因「タウ」、グリアリンパ系により脳内から除去され
3619 リフィル処方箋、開業医の約3割が減収を懸念
3620 透析患者への抗凝固療法のジレンマ
3621 COVID-19後の持続性呼吸困難は心機能障害である可能性
3622 心停止後昏睡、脳波異常を抑制しても転帰は改善せず
3623 ブルーライトカット眼内レンズで不眠症発症減らず
3624 小児期の被虐待体験、成人後のIL-6濃度日内変動の平坦化
3626 異種移植、ブタが選ばれる理由
3628 人工心臓が解決できない課題と小児の異種移植の考え方
3629 がん治療の重度有害事象は女性に多い
3631 日常生活で階段利用が多いと心房細動罹患リスクが低い
3632 老化は病気――老化細胞の除去で加齢性疾患を治療
3633 たんぱく質の推奨量を満たすには1日20品食べるべき
3634 急性うつ病の抗うつ薬は単剤より併用

（記事はファイルしてありますので、ご覧下さい）

編集後記

睡眠医療は医科歯科共通の医療です。両者の密な協力がなければ軽症な患者への過剰治療や重症な患者への過小治療など患者の不利益を生んでしまうことがあります。

医科歯科統合した睡眠医療を目指す「すいみん医科歯科グループ」は、「すいみん医科歯科センター」の医科本部と歯科本部でスタートし、さらに多くのクリニックと連携して患者の利益を最優先する睡眠医療を実践したいと思います。

本紙のホームページを立ち上げました

http://sleptwell.jp

① 睡眠時無呼吸症候群を取り巻く病気（バックナンバー）
② コミック『いびき症三兄弟』（バックナンバー）
③ 気になる医療ニュース
④ 睡眠に関する耳より情報や豆知識
⑤ 日本睡眠学会認定機関の紹介
⑥ 睡眠障害自動診断

こばやし内科
すいみん医科歯科センター 医科本部
内科・歯科
小林義昭
河野　茜
中央区紫竹山6
025-246-5600

こうの歯科
すいみん医科歯科センター 歯科本部
歯科・口腔外科
河野美砂子
河野　茜
中央区西堀通5
025-226-6050

古町心療クリニック
すいみん医科歯科グループ
心療内科・精神科
村竹辰之
中央区西堀前6
025-224-7771

TEIJIN
患者さんの
Quality of Lifeの向上が
テイジンの理念です。
帝人ファーマ株式会社　帝人在宅医療株式会社

FUKUDA DENSHI
医療機器専門メーカーとして、
さらなる発展を目指します。
フクダライフテック北信越(株)
0120－159－303