

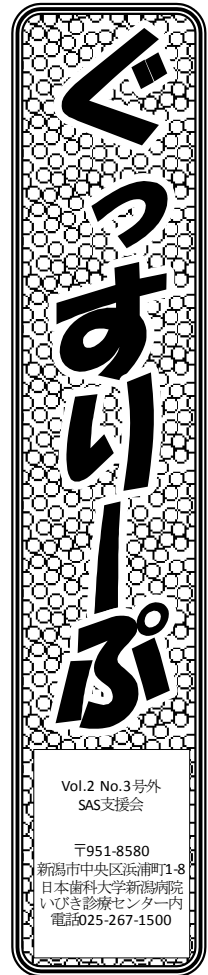
4月から新外来

名称も変更

「睡眠歯科センター」

Center of Sleep Dental Medicine

(社) 日本睡眠学会 睡眠医療認定施設



睡眠歯科センター

センター長

耳鼻咽喉科・医科病院長

内科

補綴学第一講座

総合診療科

麻酔科

口腔外科

小児・矯正歯科

放射線科

顧問

矯正学

矯正歯科

歯きしり外来

受付・技術補

関連病院

みなとみらいクリニック

刈羽郡総合病院すいみん外来

客員教員

恩田クリニック

佐渡総合病院内科

新潟大学歯学部総合研究科

古町心療クリニック

患者会

ぐっすりーぶ編集局

河野正己

五十嵐文雄

曾我憲一

猪子芳美

清水公夫

渥美陽一郎

大橋 誠

永合徹也

高田正典

伊藤秀俊

吉田 満

大野裕美

阿部亮太

佐々木善彦

寺田員人

遠藤敏哉

永田和裕

鈴木春美

森田愛子

熊倉ちあき

森田修巳

恩田 晃・河野正己

恩田 晃

小林義昭

中山秀章

村竹辰之

会長 須田和行

間島めぐ

捧 千晶

内覧会

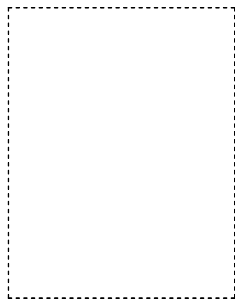
院内向け内覧会 3月24日(木)
(大学理事会、教授会、院内各位)

院外向け内覧会 3月26日(土)

「花粉症」

日本歯科大学医科病院 耳鼻咽喉科

教授 五十嵐文雄



外界から体内に入る物質を体にとって有害と判断し、これを排除しようとする働きを免疫反応といいます。この免疫反応が過剰に起きて逆に体に害を及ぼす状態がアレルギー反応です。体内に入る物質には卵、牛乳などの食物、ダニや家の中の目に見えないゴミ（ハウスダスト）、花粉など、数多くあります。

このアレルギー反応が鼻の中で起こるとアレルギー性鼻炎になります。アレルギー反応を起こす主な物質はハウスダスト、花粉などで、花粉が原因で起こったアレルギー性鼻炎を特に花粉症と呼んでいます。ですから花粉症はアレルギー性

鼻炎のひとつなのです。

花粉症の原因となる花粉には、スギ、ヒノキ、イネ、ブタクサ、ヨモギなどがあり、2、3、4月はスギによる花粉症の時期です。スギ花粉症は増加の一途をたどり、スギと〇〇は育たないと言われた新潟市でもスギ花粉症でお悩みの患者さんは多くおられます。

症状はクシャミ、鼻水、鼻づまりで、目のかゆみを伴うこともあり、これはアレルギー性結膜炎による症状です。

近年は有効な薬剤が多く開発されており、症状が出る前から薬剤を内服する初期治療が有効と言われております。一時的に鼻づまりを取り除く点鼻薬（鼻の中にとらす水薬）は使い過ぎると薬剤性鼻炎を起こし、いつそう鼻づまりが強くなる場合がありますので、注意下さい。

鼻がつまると睡眠時無呼吸が悪化しますか、という質問を受けます。いびきや無呼吸の原因は口の奥の口腔咽頭というところにありますので、鼻づまりがその直接の原因になることはありません。しかし、

吸気は鼻から流れ込みますし、呼気は鼻へ流れ出しますので、まったく無関係ということはありません。

では鼻づまりの睡眠時無呼吸への影響をどのように調べるのでしょうか。

その方法のひとつは、シーパップの風圧が鼻づまりのある時とない時でどれだけ変化するかを調べるのです。シーパップを使っている人のために説明しますが、シーパップとは第二世代の治療法で、いびきや無呼吸の原因となる軟口蓋（のどちんこ）や舌を鼻

鼻づまりと睡眠時無呼吸 - 鼻づまりの功罪 -

から流した空気の風圧で押し広げて治療する方法です。無呼吸が悪化すると自動的に風圧が増加しますので、それで鼻づまりの影響を知ることが出来ます。川崎市

の太田総合病院耳鼻科の千葉先生の研究では、鼻づまりでシーパップの風圧が1h Pa増加することがわかりました。そもその風圧が大き

い人は1h Paくらい増えても大したことはありませんが、風圧が小さい人にとっては問題になることもあります。

一方、鼻づまりは悪いばかりではありません。それは、鼻づまりでつまった鼻から息をはくと、シーパップと同じ原理で口腔咽頭の気道が拡大していびきや無呼吸を軽減するのです。しかし、多くの人は鼻づまり（呼気時の気流抵抗）に負けて口から息をはいてしまいますので、せっかくの効果が発揮されません。鼻づまりの時こそ、頑張ってください。鼻呼吸をしましょう。

一方、鼻づまりは悪いばかりではありません。それは、鼻づまりでつまった鼻から息をはくと、シーパップと同じ原理で口腔咽頭の気道が拡大していびきや無呼吸を軽減するのです。しかし、多くの人は鼻づまり（呼気時の気流抵抗）に負けて口から息をはいてしまいますので、せっかくの効果が発揮されません。鼻づまりの時こそ、頑張ってください。鼻呼吸をしましょう。

みなさん、この冬は快適に過ごすことができましたか？家族の二人が流行りのインフルエンザにかかってしまい、私は寒さに負けて布団から出られない日々が続いてしまいました。

もう三月です。春が近づくとわくわくしませんか？自然も人も色づき始めて、活気が出てくる季節。私は今からお花見が楽しみです。

編集後記

誰でも会員

睡眠時無呼吸症候群やその予備軍の単純いびき症や上気道抵抗症候群でお悩みの方なら誰でも会員です。会報の「ぐっすりーぷ」は病院にて無料で配布します。郵送をご希望の方は切手を貼って宛名を書いた封筒をご用意ください。

会員の声を募集中
「ぐっすりーぷ」への意見やご要望をお寄せください。

メールでの連絡は totoya3@po.next.ne.jp

Manu thanks to all our sponsors

この歯科

歯科・口腔外科
河野美砂子
中央区西堀通5
025-226-6050

恩田クリニック

心療内科・精神科
恩田 晃
柏崎市東本町1
0257-21-6788

古町心療クリニック

心療内科・精神科
村竹辰之
中央区古町通5
025-224-7771

ハイサンシリーズ

患者さんの Quality of Life の向上がテイジンの理念です。

オートセットCS

TEIJIN 東人ファーマ株式会社 〒100-0001 東京都千代田区千代田

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新築(株)

0120-159-303