

私たちの診療所を  
紹介します。

# イマコシ ほうとく 2019年 4月号

〒519-2505  
大台町江馬127 報徳診療所  
TEL 0598-76-1133

新しい年度になりました。いろいろな理由があるのですが、山や道に若芽が吹き出て新しい活力がどんどん出てくるようなこの時期を、年度の始まりとしたのは素晴らしい知恵だなと感じます。私もここにきてようやく1年がたちますが今年度も新しい仲間が3人増えました。なにとぞよろしくお願いいたします。

## 4月から着任する看護師より、皆様へ一言ご挨拶



左から大滝看護師、小野看護師、北川看護師

4月から診療所で働くことになりました。不慣れな点も多く、皆様にご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、がんばりますのでよろしくお願いいたします。 大滝

4年間の老健派遣を終えて今月より看護師として勤務させていただきます。不慣れではありますがよろしくお願いいたします。 小野

4年間の老健みやがわ勤務で介護についてたくさんの事を学ばせて頂きました。この経験をいかして気持ちを新たに診療所でがんばります。よろしくお願いいたします。 北川

## ご存知ですか？「睡眠呼吸障害」

「春眠暁を覚えず、处处啼鳥を聞く、夜来風雨の声、花落つること知る多少」と詠まれた詩をご存知ですか？陽気のよい春は、朝になっても起きづらくつい長く眠ってしまいがちです。しかし、どれだけ寝ても、昼間の仕事や運転の時に強い眠気に襲われてしまう…もしご自身にそのような自覚症状があれば、それは「睡眠呼吸障害」かも知れません。



睡眠呼吸障害は、夜間睡眠中に低酸素状態となり、日中の活動時に倦怠感を強く感じます。左の表には、睡眠呼吸障害を疑うべき症状を記しています。肥満や高血圧、糖尿病のある方はさらに注意が必要です。

近年の研究で、睡眠呼吸障害は高血圧や不整脈、心不全や心筋梗塞などの心血管疾患とかわりがあり、予後を悪化させることが指摘されています。

当院でも、睡眠呼吸障害の検査が行えるようになりました。

どんな検査をするのかは裏面をご覧ください→

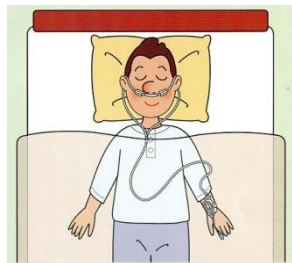
## 睡眠評価のための「簡易無呼吸診断装置」

簡易無呼吸診断装置は、睡眠時の血中の酸素飽和度、脈拍、いびき、呼吸を測定します。医師がデータを確認し、酸素不足や無呼吸になった回数から、重症度を評価します。

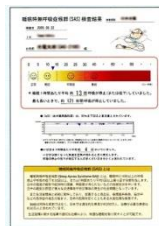
自宅で簡単な装置をつけて、一晩寝ていただくだけです。



睡眠評価装置



<結果レポート>



装置は小型で軽く、睡眠前に装着していただきます。病院スタッフによる説明や、サービス業者によるサポートも受けられますので、安心してお使いになれます。

お渡しするレポートには、睡眠1時間あたりで、「何回呼吸が止まり、最も長いときは何秒間続いていたのか」や、「いびきの回数」などが記されます。

## 医療安全・感染対策の院内研修を行いました



研修の様子

3月7日、鈴鹿回生病院から講師をお招きし、

- ・医療安全：診療所におけるヒヤリハット
- ・感染対策：感染防護具の着脱方法と注意点

の内容で院内研修を行いました。



感染防護具を着る余谷技師

## ○診療所からのお知らせ

- ・4月1日（月曜日） 午前・午後とも松島医師の診察となります。大杉谷診療所は**休診**です。
- ・4月5日（金曜日） 整形外科は**休診**です。
- ・**大型連休**があります、服用されているお薬がなくならないようにご確認ください。

## ○外来担当医

報徳診療所		月	火	水	木	金	大杉谷診療所		月	火	水	木	金
午前	内科 8:30~11:30	増井	松島	増井	松島	増井	午前	9:00~11:00	—	—	—	—	松島
	眼科 9:30~11:30	—	松原	—	—	—		午後	13:30~15:00	増井	—	—	—
午後	内科 13:30~16:30	松島	松島 <sup>*</sup>	松島	増井	増井	☆初診時・月初めの受診時には、 受付へ保険証の提示をお願いします。						
	整形 14:00~15:30	—	—	—	—	竹上							

※火曜日午後のみ16:00までの診察となります。