JR ほすぴたる

第256号
2022年9月号
発行責任者　事務部長

あなたは 睡眠時無呼吸症候群 SAS かも？

【内科　菅野医師】

睡眠時無呼吸症候群/SAS（Sleep Apnea Syndrome）とは夜間睡眠時に無呼吸・低呼吸を繰り返すために睡眠の質が低下し、日中の過度の眠気などの症状をきたす疾患です。2003年2月に山陽新幹線で運転士が居眠りをしたまま運転し、けが人はありませんでしたが、運転士は重症睡眠時無呼吸症候群と診断され、以降、この疾患が多くの人に知られるようになりました。寝ている間の無呼吸・低呼吸は自分ではなかなか気づくことができないため、多くの潜在患者がいるとされ、日本において約400～500万人いると推定されています。いびきがひどい、お手洗いのため何度も目が覚める、朝起きた時に頭が重い、熟睡感がないといった場合、睡眠時無呼吸症候群である可能性があります。

肥満の人は正常体重の人と比べ4倍なりやすいとされ、気道周囲の脂肪が増加すると外側から気道を圧迫するので、首周りが太い人も可能性が高くなります。女性よりは男性、また、中年以上でリスクが高まります。アルコールを飲む人も喉の筋肉を弛緩させるために、また、喫煙も粘膜に炎症をきたし浮腫むために気道が細くなり、睡眠時無呼吸症候群の原因となります。

睡眠時無呼吸症候群は、夜間に交感神経が活性化され、心筋障害、血圧上昇、心拍数の増加など心臓への負荷の増大や不整脈の誘発などから、心不全の発症・増悪にもつながります。また、睡眠時無呼吸症候群が高血圧の原因となっている人もいます。特に治療してもなかなか血圧が下がらない場合や、朝の血圧が高い人は睡眠時無呼吸症候群の可能性があり、その場合は睡眠時無呼吸症候群に対する治療によって血圧を下げる効果が期待できます。

睡眠時無呼吸症候群が疑われた場合、まずは自宅で取り扱い可能な機器を使って、普段と同じように寝ているときにできる簡易検査を行います。鼻の下と指先にセンサーをつけ、睡眠中に呼吸が止まっている、もしくは浅くなっている回数を調べます。その検査結果から睡眠時無呼吸症候群が強く疑われれば、病院に1泊して睡眠ポリグラフ検査という精密検査を行います。

睡眠時無呼吸症候群は治療可能な疾患で、持続陽圧呼吸（continuous positive airway pressure：CPAP）療法、口腔内装置（oral appliance：OA）療法、手術などがあり、重症度や病態に合わせて選択されます。

睡眠時無呼吸症候群かも？と思ったら、まずは、かかりつけ医に相談、もしくは、医療機関を受診することをお勧めします。

診療情報管理士ってどんなお仕事？

診療情報管理士とはどのような資格？

四病院団体協議会（日本病院会・全日本病院協会・日本医療法人協会・日本精神科病院協会）および医療研修推進財団の認定する資格です。診療情報管理士の資格取得の為には下記受験資格を満たす必要があります。

① 一般社団法人日本病院会診療情報管理士通信教育（2年間受講）を修了

② 一般社団法人日本病院会指定大学・指定専門学校で指定単位を修得し、卒業(見込み含む)

その後、診療情報管理士認定試験に合格することで資格認定となります。

診療情報管理室の仕事内容とは？

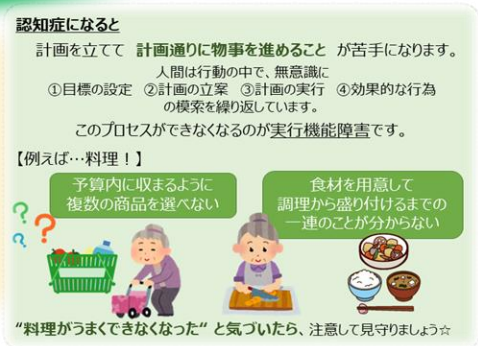
- 入院診療録（カルテ）の保管・管理
- 入退院情報および診療記録管理
- 退院時要約（退院サマリー）確認および記載管理
- DPCコーディング関連業務(疾病・処置・手術等・他の情報入力および確認)
- DPC 調査データ作成
- 全国がん登録および集計資料作成
- 委員会業務(診療情報管理委員会、DPCコーディング委員会)の事務局運営
- 各種統計資料作成、データ集計、分析業務等

診療情報を取り扱う部署として、診療部門をサポートするとともに、医療を取り巻く様々な環境に対応できるよう、診療録に含まれる情報を分析や収集等を行い、医療の質向上に寄与できるよう日々努めています。

【 診療情報管理士　胡桃沢　龍飛 】

新人集合研修（認知症看護講義）

7月9日
認知症看護認定看護師による新人看護師集合研修が行われました。
この研修は地域包括支援センターや施設の方々へも配信しています。



高齢者および医療従事者への新型コロナワクチン接種(4回目)開始

期間 8月17日～9月16日（内8日間）
① 8月17日、19日、24日、26日
② 9月7日、8日、14日、16日