

令和4年
5月号

AQUA



医療法人社団 愛友会 三郷中央総合病院 メディカル通信



特集：睡眠時無呼吸外来のご案内

contents

日本医療機能評価機構の認定病院	1
病院理念・基本方針（行動指針）	1
新入職医師紹介	2
睡眠時無呼吸外来のご案内	3
感染対策のための換気について	4
交通のご案内	4

病院理念

愛し愛され信頼される病院

基本方針（行動指針）

- 1 すべての人の人格を尊重し、誠実に対応いたします。
- 2 わかりやすい言葉で説明いたします。
- 3 患者さまの訴えや要望に対し迅速に対応いたします。
- 4 安全・安心に基づく医療を提供いたします。
- 5 地域の医療機関・保健機関と緊密に連携いたします。

新しい医師のご紹介



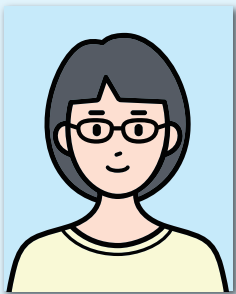
あらい のりゆき
整形外科 **新井 規之**

皆さま初めまして。このたび整形外科へ入職いたしました新井と申します。老年性股関節疾患、外傷を中心に診療を行っております。これまでの経験を活かし、また新たな職場で新しい知識、技術を習得すべく精進してまいります。なにとぞよろしくお願いいたします。



おおもり しょうへい
整形外科 **大森 翔平**

4月からまた整形外科で勤務させていただくことになりました大森と申します。3月まで帝京大学病院で研鑽を積み、この度ご縁があり三郷中央総合病院で働かせて頂くことになりました。私にとって第二の故郷である三郷に貢献できるように努力して参りますので、よろしくお願い致します。何かお困りのことがあれば気軽にお声をおかけください。



へらい よりこ
内科 **戸来 依子**

はじめまして。八戸の「戸（へ）」と未来の「来（らい）」で「へらい」と申します。青森県の地名です。キリストの墓があり、不定期に話題になっているようです。私自身は青森には行ったことはなく、富山県に生まれ2002年に金沢大学を卒業しました。夫と関東に来て2022年3月まで千葉県内で勤務していました。興味があると飛び込んでいく癖があり、がんセンターで緩和ケアの研修を受けたり、今は感染管理を勉強しに千葉大学へ行ったりしています。基本は呼吸器内科医、加えて緩和ケアや感染管理も担当してきました。新しい環境で力試ししたい思い、この4月から三郷中央総合病院へお世話になっています。どうぞよろしくお願いいたします。



おかだ しゅん
内科 **岡田 舜**

はじめまして。本年度より三郷中央総合病院で勤務させていただくことになりました内科の岡田舜です。昨年度まで獨協医科大学埼玉医療センターで消化器内科医として勤務していました。趣味は、スポーツ観戦で部活としては中学でバスケット部、大学で準硬式野球部に所属していました。業務内容としては主に外来、内視鏡、病棟業務です。新しい病院での業務となり、不慣れな点も多いと思いますが、よろしくお願い致します。



ほりなか しげよし
腎臓内科 **堀中 重義**

この度4月より三郷中央総合病院で勤務させていただくことになりました、堀中重義です。2年間初期研修後、獨協医科大学埼玉医療センター腎臓内科に入局し、腎不全を中心に診療にあたってまいりました。当院では、内科全般、腎臓（透析）を中心とした診療を行います。特に腎臓の分野に関しては、腎不全に合併する全身疾患の治療に携わりたいと考えております。微力ながら、地域医療に貢献したいと存じますので、どうぞよろしくお願いいたします。

睡眠時無呼吸外来のご案内

当院循環器内科では、2021年5月13日より循環器内科医師による睡眠時無呼吸外来を開設いたしました。

：睡眠時無呼吸症候群とは：

睡眠時に呼吸が止まる、浅く・弱くなることで日常生活にさまざまな障害を引き起こす疾患です。

睡眠時無呼吸 セルフチェック

✓	質 問	点数
	しょっちゅう（常習的に）いびきをかく	1.5
	肥満傾向 体重 (Kg) ÷ (身長 (m) × 身長 (m)) = BMI 値 (BMI 値 : 25 以上で肥満)	1.5
	高血圧がある (血圧 : 140 / 90 以上)、高血圧の薬を飲んでいる	1.5
	昼間に眠気・居眠りで困ることがある (仕事中や運転中 など)	1.5
	寝つきはいいが、何度も起きてしまったり眠りが浅い (トイレで目が覚める場合も含む)	1.0
	いくら寝ても起床時に疲れが取れていない、起床時にしばしば頭痛がある	1.0
	飲酒後以外で就寝時に息が止まる時がある	3.0

合計点数 点

合計が 3.0 点以上の方は**睡眠時無呼吸症候群**の可能性が高いです。



○●○検査の種類○●○

- ・スクリーニング検査 ⇒ 自宅にて指先にセンサーをつけ無呼吸による酸素低下をみます。
- ・簡易検査 ⇒ 自宅にて指先・呼吸センサーをつけ無呼吸による酸素低下と無呼吸数をみます。
- ・ポリソムノグラフィー ⇒ 入院にて様々なセンサーを装着し検査を行うため、睡眠の検査ではもっとも精密な検査です。無呼吸による酸素低下、無呼吸数、睡眠の質、不整脈の有無、他睡眠障害の有無をみます。

●○●治療方法●○●

まずは外来に受診していただき、検査を実施し診断をします。治療法としては CPAP 療法（持続陽圧呼吸療法）となります。CPAP 療法は装置からホース、マスクを介し気道に空気を送り、圧力をかけることで気道が塞がらないようにすることで、睡眠中のいびきが減少し、日中・夜間の症状改善が期待されます。CPAP 療法は検査を行い、一定の基準を満たせば健康保険適応となります。

専門外来は木曜日 午後に循環器内科・新倉医師にて対応しています。

ご不明な点等ございましたら、地域連携課までお問合せください。

三郷中央総合病院 地域連携課

☎048-953-1321 (代)

感染対策のための換気について

感染対策チーム 上田 恵子

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議の見解（令和2年3月9日及び3月19日公表）では、集団感染が確認された場所で共通した条件の一つとして「換気の悪い密閉空間であった」ということが指摘されています。

換気には「窓開け換気」と「機械換気（空気調和設備、機械換気設備）」があります。

「窓開け換気」は、1時間に2回以上、数分間程度窓を全開にして換気を行います。開放する窓は2方向とし、窓が1方向しかない場合にはドアを開放します。

来客時など感染リスクが高まるときは、「窓開け換気」に加えキッチンの換気扇の利用などで換気量を増やしましょう。

「機械換気」では1人当たり毎時30m³の換気量を確保することとされており、必要な換気量が足りない場合は、一部屋にいる人数を減らすことで調整します。

2003年（平成15年）7月以降に建築された住宅には24時間換気設備が設置されていますので、常時運転させましょう。換気設備がない場合は、浴室やトイレの換気扇を常時運転します。

環境設備の点検や換気扇のフィルター掃除・交換など、適切なメンテナンスも重要です。

参考資料：

コロナと換気 | 環境省「ZEB PORTAL - ネット・ゼロ・エネルギー・ビル（ゼブ）ポータル」

新型コロナウイルス感染症関連（換気等の建築物における衛生環境） | IBEC 建築省エネルギー機構（一般財団法人 建築環境・省エネルギー機構）



交通のご案内



つくばエクスプレス「三郷中央駅」より
徒歩 8分

埼玉観光(株)バス 三郷駅南口行き
1月4日より運行開始
三郷中央総合病院前バス停下車

JR 武蔵野線「三郷駅」より

無料送迎バス  約5分(およそ30分に1本)
三郷駅南口 ロータリー コンビニエンスストア前付近より

東武バス
(金 52) 金町駅行き 幸房バス停下車 徒歩 3分

埼玉観光(株)バス 新三郷駅西口行き
1月4日より運行開始
三郷中央総合病院前バス停下車

発行/医療法人社団 愛友会
三郷中央総合病院
厚生労働省臨床研修指定病院
日本医療機能評価機構認定病院

〒341-8526
埼玉県三郷市中央四丁目5番地1
電話 048-953-1321 WEBサイト <http://mchp.jp/>
FAX 048-952-7279 E-mail info@mchp.jp

