

滋賀県立総合病院の **今** をお届けします

ふれあいHeart は〜と

腹腔鏡手術を体験してみよう!



腹腔鏡手術シミュレーター
体験の様子。10月20日に
開催しましたオープン
ホスピタルにて

vol.54

2025年3月発行

特集1

睡眠時無呼吸症候群Q&A

2

特集2

オープンホスピタルを開催しました

5

特集3

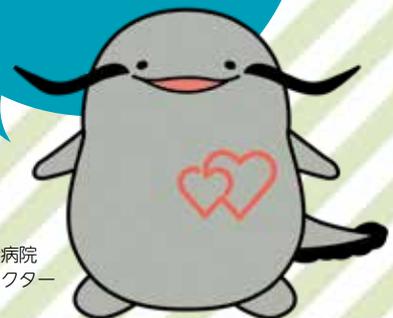
登録連携医のご紹介

6

特集4

新任医師のご紹介

8



滋賀県立総合病院
イメージキャラクター
びわずん

基本
方針

笑顔で患者に寄り添いチームで取り組む姿勢を基本とし子どもから大人まで
安心・信頼・満足の得られる高度かつ専門的な医療の実現

それが、私たちの
理念です

睡眠は心身の疲労回復にとって非常に重要です。睡眠が十分に取れないと心身ともに様々な悪影響を及ぼすようになりますが、近年睡眠についての悩みがある人が増えています。今回は、良質な睡眠を妨げる病気のひとつである「睡眠時無呼吸症候群」を特集しますので、睡眠にお悩みのある方はぜひご一読ください。

Q1 睡眠時無呼吸症候群とは？

A1 睡眠中に呼吸が一時的に何度も止まったり弱ったりする病気です。睡眠中にのどの筋肉が緩み、気道が狭くなることが主な原因で、「閉塞性」睡眠時無呼吸症候群と呼びます【図1】。睡眠中に何度も窒息のような状態になり、低酸素血症を繰り返し、睡眠の質が悪くなります。長い病名なので、サス(SAS: sleep apnea syndrome)



【図1】睡眠中にのどの気道が閉塞するとよく呼ばれます。(ほかに、脳が呼吸をうまくコントロールできない「中枢性」睡眠時無呼吸症候群があり、脳や神経の病気、心不全で起こることがありますが、ここでは扱いません。)

Q2 どれぐらい呼吸が止まると異常と考えますか？

A2 10秒以上呼吸が止まることを「無呼吸」、10秒以上呼吸が弱ることを「低呼吸」と呼び、1時間あたりの無呼吸と低呼吸を合わせた回数(無呼吸低呼吸指数)が5回以上で症状(※)がある場合に睡眠時無呼吸症候群と診断し、5回以上15回未満を軽症、15回以上30回未満を中等症、30回以上を重症と判定します。※ Q7に記載

Q3 どんな人がなりやすいのですか？

A3 気道が狭い構造(肥満、首が太くて短い、あごが小さい、アデノイドや扁桃肥大)、鼻づまりによる口呼吸、生活習慣(喫煙、飲酒)、加齢(のどの筋肉の衰え)、ホルモンの病気(甲状腺機能低下症、先端巨大症)が影響し、40歳以上の男性に多いです。

Q4 女性はなりにくいのですか？

A4 女性ホルモンであるプロゲステロンに呼吸を強くする働きがあるため女性には少ないのですが、閉経後に増えます。

Q5 遺伝しますか？

A5 遺伝性の病気ではありませんが、体型が似ているとなりやすいです。

Q6 子供もなることがありますか？

A6 アデノイドや扁桃肥大、肥満が原因で発症することがあります。子供の場合、学習能力や成長に影響を与える可能性があります。

Q7 どんな症状がありますか？

A7 睡眠中の大きないびき、頻繁に目が覚める・トイレに行く、起きた時の頭痛や口の渇き、昼間の眠気やだるさなどです。ただし、自覚症状がなく、家族に指摘されて気付く方も多いです。



Q8 治療しないと、どんなリスクがありますか？

A8 呼吸が止まって死んでしまうことはありませんが、特に重症の場合は、高血圧症、心疾患、脳卒中、糖尿病、逆流性食道炎などのリスクが高まります。また、昼間の眠気から、交通事故や仕事上のミスを起こす可能性が高くなります。

Q9 診断の方法は？

A9 まずは自宅での睡眠中に酸素などのセンサーを装着する簡易検査【図2】を行うことが多いです。精密検査は一泊入院で行う終夜睡眠ポリグラフ (PSG) 検査【図3】で、睡眠中に全身にセンサーを装着し、酸素や呼吸状態に加えて睡眠の深さを調べるための脳波などを記録します。



【図2】簡易検査



【図3】終夜睡眠ポリグラフ (PSG) 検査

Q10 治療の方法は？

A10 生活習慣の改善、CPAP (シーパップ、持続陽圧呼吸) 療法、マウスピース (歯科装具)、耳鼻いんこう科での治療があります。

Q11 生活習慣を改善する方法は？

A11 仰向けではなく横向きに寝るように工夫する、肥満の場合は体重を減らすために食事のカロリーを減らして適度な運動をする、禁煙、飲酒を控える、などが望ましいです。



Q12 CPAPはどんな治療ですか？

A12 睡眠中に鼻にマスクを装着し、空気を持続的に送り込んで気道を開いた状態に保ち、無呼吸を防ぐことができる医療機器を使います【図4、5】。



【図4】CPAPが空気を持続的に送り込んで気道を開いた状態に保つ



【図5】睡眠中に鼻にマスクを装着してCPAPを使用する

Q13 CPAPはどれくらい効果がありますか？

A13 適切に使用すれば、症状がほぼ完全に改善することが多いです。



Q14 CPAPは毎日使わなければいけませんか？

A14 症状の改善には毎晩少なくとも4時間以上の使用が勧められます。

Q15 CPAPは一生使わなければいけませんか？

A15 生活習慣の改善などで卒業できる場合もありますが、そうでない場合は、目が悪い方のメガネと同様に、使い続ける必要があります。

Q16 CPAPを使うのは面倒ではないですか？

A16 最初は慣れが必要ですが、数週間で慣れることが多いです。

Q17 CPAPは旅行中も使えますか？

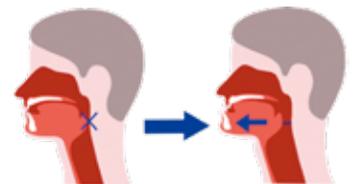
A17 ポータブルなので持ち運べます。

Q18 CPAPは健康保険が使えますか？

A18 無呼吸低呼吸指数が、簡易検査で40回以上、終夜睡眠ポリグラフ検査なら20回以上で保険適用されます。保険適用のためには、定期的な受診が必要です。

Q19 マウスピースはどんな治療ですか？

A19 睡眠中にマウスピースを噛むことにより下あごを前に引き出して、のどの気道を広げる治療です【図6】。検査結果を付けて歯科に紹介されれば保険適用されますが、あらかじめ作成できる歯科であるかの確認が必要です。歯に問題がある場合は難しいです。



【図6】マウスピース（歯科器具）：睡眠中に下あごを前に引き出して、のどの気道を広げる

Q20 耳鼻いんこう科での治療は？

A20 アデノイドや扁桃肥大が原因である場合の手術や、鼻中隔湾曲症などで鼻づまりがある場合の治療が有効な場合があります。

Q21 その他の治療はありますか？

A21 現時点では、有効な薬はありません。CPAP療法の適応であるけれども使用することが難しい方で、いくつかの条件を満たす場合に、心臓ペースメーカーのような機械を胸に埋め込み、睡眠中に作動させて、舌を収縮させて前に出す舌下神経電気刺激療法が2021年6月から保険適用になりました。ただし、対応できる病院は現時点ではごく少数であり、当院でも行っておりません。

特集2

オープンホスピタルを 開催しました

2024年10月20日（日）、地域交流イベント「滋賀県立総合病院オープンホスピタル」を開催しました。県民のみなさまに当院のことをもっと知ってもらい、身近に感じていただきたいという思いから開催を始め、今回が第3回目となりました。「健康教室」や「がん診療セミナー」といった講演会も同時開催し、約850名とたくさんの方にご参加いただきました。ご来場くださったみなさま、ありがとうございました。



看護部各部署のご紹介や、臨床研究センターの研究内容について、認知症ケアについて、がん相談支援センターについてなど、展示や体験を通して楽しみながら当院の医療や取り組みについて知っていただくことができました。



滋賀の健康を考える
双子の妖精ハグ&クミの
クミちゃんも遊びにきて
くれました。



腹腔鏡手術シミュレーター体験、子ども用
白衣の試着体験、採血体験、歯医者さん体験
など、医師や看護師のお仕事体験ができるコ
ンテンツは大人気で、みなさん一生懸命取り
組んでおられました。

2024年10月より稼働を開始した新しい放射線治療棟の
見学会もおこないました。普段なかなか入る機会のない場
所に足を踏み入れたり、最新の医療機器を間近で見たりな
ど、ワクワクしながら見学されていました。



特集 3

登録連携医のご紹介



さとう内科クリニック (糖尿病内科 甲状腺内科 内分泌内科) 令和5年5月開院



院長 佐藤 大介

- 〒524-0046 守山市今宿4丁目5-17
- TEL 077-599-1861
- FAX 077-599-1633
- URL <https://satonaika-clinic.com>

2023年5月に守山にて「さとう内科クリニック」を開業させていただきました。えんまどう公園前に位置し、隣にはウエルシア薬局もあります。およそ20台の駐車が可能です。

風邪などの体調不良、内科疾患の管理、ワクチン接種、健康診断など総合的内科医として診療を行っています。専門分野は、①糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病、②甲状腺などの内分泌疾患です。糖尿病 (HbA1c) や甲状腺ホルモンなど機器の院内導入により、当日に結果説明が可能です。また、心電図やレントゲン、エコー、脈波検査なども完備しています。

当院は、受診された症状や疾患に対して丁寧に分かりやすく説明を行い、安心いただける医療を提供できるように日々取り組んでいます。地域の皆様の健康維持に少しでも貢献できるよう尽力したいと考えております。どうぞ宜しくお願い致します。

曜日 時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 8:45~12:30	○	○	○	×	○	△	×	×
午後 14:00~17:00	○	×	○	×	×	×	×	×
夜診 16:30~19:30	×	○	×	×	○	×	×	×

△ 8:45 ~ 13:00
● 休診日：木曜日、日曜日・祝日、土曜日午後



となり眼科 (眼科) 令和5年5月開院



院長 戸成 匡宏

- 〒520-3015 栗東市安養寺1丁目9-8
- TEL 077-598-6324
- FAX 077-598-6325
- URL <https://tonari-eye.com>

2023年5月に栗東市安養寺にて開院しました眼科クリニックです。2階には2024年5月に小児科が開院しました。JR手原駅から徒歩約10分、栗東市役所から徒歩3分の場所にあり、駐車場は小児科と共用で、第二駐車場もあわせて20台以上駐車可能です。

当院では、白内障、緑内障、糖尿病網膜症や加齢黄斑変性等といった一般的な眼科診療から、小児の弱視斜視治療や神経眼科 (甲状腺疾患や脳神経に関連する眼疾患) と呼ばれる稀少疾患の診療まで幅広く対応しております。白内障手術に関しては日帰りで行っており、患者さんのご負担軽減を心がけています。眼瞼けいれんや顔面けいれんに対するボトックス治療も可能です。

Webや電話による予約制を採用し待ち時間の軽減に努めております。初診の方でも電話予約可能で、予約外診療も行っております。

地域の皆様のお役にたてるよう、スタッフも含めて皆で頑張っていこうと思っております。今後ともよろしくお願いたします。

曜日 時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	△	○	○	×	×
午後 15:00~18:00	○	○	○	×	○	×	×	×

△ 予約診療 / 手術
● 休診日：木曜日・土曜日午後、日曜日・祝日





はやし脳神経外科クリニック (脳神経外科)

令和5年5月開院



院長 林 晃佑

- 〒525-0066 草津市矢橋町102-8
- TEL 077-599-1162
- FAX 077-599-1163
- URL <https://www.hayashi-neuro-clinic.com>

はやし脳神経外科クリニックは2023年5月1日に草津市矢橋町に開設し、即日MRI検査で早期発見し早期治療につなげて不安の解消に努めております。認知症、高次脳機能障害、頭痛、手足のしびれや肩・首・腰の痛みでお困りの方が多くいらっしゃいます。当院は脳卒中や外傷を契機に発症する高次脳機能障害の方に認定言語聴覚士により評価をして現状を把握します。認知機能低下の方は認知機能検査を行い適切な治療を提供します。脳卒中リハビリテーション看護認定看護師により自動車運転の再開をお手伝いします。脳卒中は寝たきりになる原因として最も多いため予防的に女性の臨床検査技師による超音波検査で「現在の動脈硬化の程度」を確認します。肩・首・腰の痛み、手足のしびれ、歩きにくいなどはどの言葉をとっても曖昧でとらえどころのない非科学的な印象があります。脊髄外科指導医による診察、即日MRI、治療を毎月：第1、2、3週（土）、毎月：第4週（金）の14時から行っています。脳神経外科のイメージを払拭するために敷居を低くし、お気軽に受診できるクリニックを目指しています。これからも何卒宜しくお願い致します。

曜日 時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×	×
午後 14:00~18:30	○	○	×	○	○	△	×	×

- △ 第1・2・3土曜：首・腰外来14:00~17:30（受付17:30迄）
- 第4土曜：脳ドック（完全予約制）
- 休診日：日曜日・祝日、水曜日・土曜日午後



とみた腎泌尿器科クリニック (泌尿器科 内科)

令和5年5月開院



院長 富田 圭司

- 〒525-0050 草津市南草津2丁目1-30
- TEL 077-561-0161
- FAX 077-561-0162
- URL <https://tomita-urology-clinic.com>

当院は南草津駅から徒歩約5分に立地しております。私は泌尿器科医として滋賀医科大学附属病院や関連施設で研鑽を積んでまいりました。その中で常日頃感じていたことは、排尿トラブルや泌尿器疾患でお困りの方の専門医受診の機会を十分に提供できていないのではないかとことです。泌尿器科を受診することのハードルの高さは恥ずかしいという思いや診療可能な施設の少なさなど複合的な要因によると思います。どなたでも気軽に受診ができ、お困りの症状に関して相談いただけるクリニックを作りたいと以前より考えておりました。現在開院1年半でまだまだ道半ばですが、これからも質の高い泌尿器科診療の提供を心がけてまいります。排尿は当然日常生活に密接に関連します。健康的な排尿状況は健康的な生活につながり、ひいては健康寿命にも影響すると思います。是非お気軽にご相談いただければと思います。

曜日 時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:30	○	○	○	×	○	△	×	×
午後 16:00~19:00	○	○	○	×	○	×	×	×

- △ 9:00 ~ 13:00
- 休診日：木曜日、日曜日・祝日、土曜日午後



特集4

新任医師のご紹介

- ① 好きな言葉
- ② 抱負・得意分野

シニアレジデント…後期研修医・専攻医（卒業後3年目～7年目）



外科 副医長
もちだ ゆき
持田 郁己

- ① 有言実行
- ② 出身である滋賀県で働けることを嬉しく思っています。適切な手術治療はもちろんのこと、患者さん一人一人に寄り添った医療を提供できるよう努めてまいります。



整形外科 医員
やまむら ひとし
山村 仁詩

- ① 雨垂れ石を穿つ
- ② 患者さんに満足度の高い医療を提供できるよう努力いたします。丁寧な診療ができるよう心がけていきます。よろしくお願いいたします。



放射線診断科 シニアレジデント
なかむら しょうき
中村 将大

- ① 学は須く静なるべし 才は須く学ぶべし
- ② 多くの診療科と関わる科として医療の質に貢献できるように頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。



整形外科 シニアレジデント
さいとう もとき
齊藤 元規

- ① 感謝
- ② 患者さんの健康寿命の延伸に少しでも貢献できるよう、精一杯努めて参ります。まだまだ未熟ではございますが、何卒宜しくお願い申し上げます。



呼吸器内科 シニアレジデント
たさと みき
田里 美樹

- ① やらぬ後悔よりやる後悔
- ② 他職種の方々とのコミュニケーションを大事に、日々成長できるように頑張ります。よろしくお願いいたします。



ふれあいHeart

Vol. 54 2025年3月

発行・編集／広報委員会

滋賀県立総合病院 総務課

〒524-8524 滋賀県守山市守山5-4-30 TEL 077-582-5031(代)

外来ブロック・会計への問い合わせはナビダイヤルをご利用ください

ナビダイヤル：0570-00-5031