【睡眠医療スタッフ】

≪医師≫

本多　真
- 東京都医学総合研究所睡眠プロジェクト
- 日本睡眠学会認定医
- 精神保健指定医

伊東　若子
- 日本睡眠学会認定医
- 精神保健指定医

上野　太郎
- 東邦大学理学部生物分子科学科講師
- サスメド株式会社 代表取締役

和田　真孝
- 慶応義塾大学精神神経科

≪日本睡眠学会認定技師≫

佐々木　かおり　　木村　眞也

【診察のご案内】

睡眠外来のご受診には予約が必要です

＊当院は健康保険診療機関です

◎予約受付時間　午前９時～17 時

TEL　03-3260-9171(代)

＊第２第４土曜、日曜、祝日は休診です。

◎診療時間

初診：火曜日、水曜日、金曜日、土曜日

再診：火曜～土曜日

＊診療時間は電話にてお問い合わせ下さい。

【交通のご案内】

≪地下鉄ご利用の場合≫

- 東京メトロ東西線「早稲田駅」　徒歩 10 分
  「神楽坂駅」　徒歩 10 分
- 都営大江戸線　「牛込柳町駅」徒歩５分

≪都営バスご利用の場合≫

- 白 61（新宿西口－練馬車庫）系統
  「牛込弁天町停留所」　徒歩０分
- 橋 63（大久保－新橋駅）系統
  「牛込柳町停留所」　徒歩５分

公益財団法人 神経研究所附属

晴和病院

〒162-0851 東京都新宿区弁天町 91

TEL　03-3260-9171(代)

HP　http://www.seiwa-hp.com

夜眠れない・・・

日中眠い・・・

そんな悩みを抱えていませんか？

晴和病院 睡眠外来

【睡眠障害】

現在、日本人の５人に１人がなんらかの睡眠の問題を抱えているといわれています。睡眠障害は「作業能率の低下」「QOL（生活の質）の悪化」だけでなく「うつ病」の発症リスクを高めることが分かっており、さらに、高血圧や糖尿病などの「生活習慣病」とも関連が高いことが分かっています。睡眠障害の原因にはいろいろあり、正しく診断し、原因となる疾患を治療することがとても大切です。
当院の睡眠外来では、睡眠障害を専門とするスタッフにより、診断・治療・検査にあたっております。
睡眠のことでお悩みの方は、お気軽に当院の睡眠外来へご相談下さい。

【主な症状】

・寝付けない
・ぐっすり眠った感じがしない
・昼間眠い
・朝、起きられない
・いびきがひどい
・寝ぼけ・寝言
・足がむずむずして眠れない

【治療方法】

睡眠障害の症状によっては、問診だけではなく終夜睡眠ポリグラフ検査（PSG）や、反復睡眠潜時検査（MSLT）などの診断に必要な検査を行い、症状に適した治療を行います。

・お薬による治療

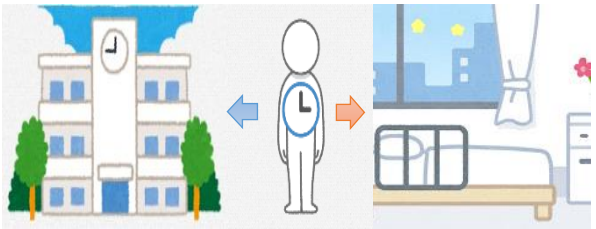
眠気や不眠などを主な症状とする睡眠障害では、お薬による治療が有効なことが多く診断後にお薬の種類や用量を決めていきます。

・CPAP(持続陽圧呼吸療法)

睡眠時無呼吸症の治療法で、鼻マスクを介し、気道内が陰圧にならないようにして無呼吸を防ぎます。

・入院治療

自宅では睡眠のリズムが整わない場合、入院治療が効果的なことがあります。入院しながら通学・通勤することも可能です。



【各種睡眠関連検査】

・終夜睡眠ポリグラフ(PSG)

１泊２日で行う検査で脳波や呼吸、心電図などのセンサーを装着した状態で１晩お休みいただき、睡眠の質を評価します。

・反復睡眠潜時検査(MSLT)

脳波などのセンサーを装着した状態にて、繰り返し「昼寝」を試みていただくことで「日中の眠気」の重症度を評価します。

・覚醒維持検査(MWT)

眠気を誘う状況下にて、繰返し脳波を測定することで「覚醒状態を維持する能力」を評価します。

・髄液検査(腰椎穿刺：ルンバール)

ナルコレプシーの診断検査の１つで、採取した髄液中のオレキシン濃度を測定します。

・在宅簡易検査

睡眠時無呼吸症の有無を調べる装置をつけて、在宅で１晩測定していただきます。