

## 診察時間・案内

	月	火	水	木	金	土
午前	初/再	初/再	—	初/再	初/再	再診
午後	初/再	初/再	—	初/再	初/再	再診
夜診	再診	再診	再診	—	再診	—
入院検査	★	★	★	—	★	—

※初診/再診  
 ※診察時間は曜日によって異なるため予約の際にご確認ください。  
 ※医師の勤務の都合により、診察時間が変更になることがあります。  
 ※夜診は平日の午前・昼間のみの対応となります。また、初診は状況によって受診可能な曜日・時間等が異なるため、電話予約の際にご確認ください。  
 ※★は通により異なります。

**休診日** 日曜・祝日・年末年始

### 完全電話予約制

診療には予約が必要です。初診前には、必ずお電話ください。

☎(0532) 66-5678 (平日9:00~15:30)

### 健康保険対応

※当クリニックは保険医療機関です。  
 ご来院時には必ず、健康保険証をご持参ください。

## 検査入院案内

検査は、夜に入院していただき、翌朝には退院できます。  
 (ご予約されたお時間にご来院ください。)



## 交通のご案内

豊橋駅「井原電停」より徒歩3分。  
 豊橋駅よりタクシーで20分。



〒440-0036 愛知県豊橋市東光町50  
**TEL (0532) 66-5678 FAX (0532) 66-3477**  
 ホームページ <https://toyohashi-suin.com>

詳しくは

### 同法人施設

**岐阜メイツ睡眠クリニック**  
 岐阜市藪田南4丁目15-20 TEL (058) 272-9300

**磐田メイツ睡眠クリニック**  
 静岡県磐田市中田648番地1 TEL (0538) 39-0300

**岡崎メイツ腎・睡眠クリニック**  
 愛知県岡崎市稲熊町2-86 TEL (0564) 64-0509  
(睡眠専用)

## Sleep Center 快適な睡眠をあなたに...

### 医療法人社団 三連メディメイツ 豊橋メイツ 睡眠クリニック



睡眠時無呼吸症候群をはじめとする  
 睡眠障害の診断と治療を行う施設です。

TOYOHASHI MATES SLEEP CENTER

## あなたの眠りは大丈夫ですか。

睡眠は“ころ”と“からだ”に影響します。健康の維持・回復には、質のよい眠りを十分にとる必要があります。  
 眠り・目覚め・眠気がお困りの方、どうぞお気軽にご相談ください。

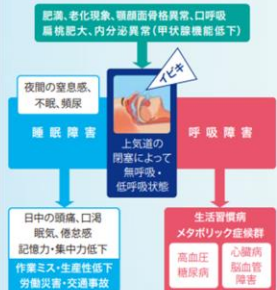
## 業務内容 睡眠をキーワードに

- 睡眠関連連疾患診療
  - 睡眠関連呼吸障害(睡眠時無呼吸症候群)
  - 不眠症
  - 過眠症(ナルコレプシー・特発性過眠症)
  - 概日リズム睡眠障害
  - 睡眠時相作症(レム睡眠行動障害、覚醒障害)
  - 睡眠関連運動障害(レストレスレッグス・むずむず脚症候群)
- 企業・団体・地域での睡眠相談や検診
- 睡眠医学研究
- 睡眠医療検査治療機器開発、治療薬開発治療



## 睡眠時無呼吸症候群(SAS)

- 眠っている間に一時的に呼吸が止まる(弱まる)病気で、イビキが特徴的です。
- 夜間と昼間の様々な症状がでます。
- 重症の場合には、重大な合併症をおこすことが証明されています。



- イビキ、無呼吸は自分では、気づきません。
- イビキが目立たない方もあります。
- 中年肥満男性に多いのですが、やせている方、女性、小児でも起こります。
- 眠気を倦怠感や疲れやすさとして、「年のせい」、「うつ状態」更年期障害と間違えます。
- 原因不明の高血圧の場合は、SASを疑いましょう。
- SASの治療で、肥満、高血圧、糖尿病、不整脈が改善します。

## 初診から診断まで

- 予約** 電話予約後、初診外来
  - 初診→アンケート・問診
  - 予約時間の30~60分前に来院していただきます
- 自宅** 簡易検査器による測定
  - 腕時計型機器で、睡眠中の酸素、脈拍を検査
- 入院** 終夜睡眠ポリグラフ検査(PSG)
  - 睡眠の質や身体状況を同時に測定する検査
  - 痛みなどはありません
  - 防音・空調完備個室(ホテル仕様)

スケジュール(1泊2日)

  - 当日 19~22時、食事後来院 1時間後に検査開始
  - 夜間 専門検査スタッフがモニターします 安心してお休みください
- 退院** 翌朝 5~8時、検査終了(院内シャワー利用可能) 退院後、そのまま職場、学校へ
- 再診** 最終診断と治療方針の説明

## 治療法

- CPAP(シーパップ:経鼻的持続陽圧呼吸療法)**  
 鼻マスクから空気を送り、気道の閉塞を防止します。この治療の場合には、別日に再入院検査が必要です。
- 歯科口腔装置(マウスピース)**  
 軽症の場合に、提携専門歯科施設をご紹介します。
- 手術療法**  
 過剰な軟口蓋や扁桃肥大がある場合。
- 生活習慣の改善**  
 肥満の方は食事・運動療法などを指導します。
- 睡眠習慣指導**  
 睡眠指導士が適切な睡眠法をご説明します。

## 当院で可能な 特殊睡眠検査と治療

- 反復睡眠時相検査(MSLT)**  
 日中の眠気を客観的に調べる検査です。過眠症(ナルコレプシーなど)の診断に重要です。
- 覚醒維持検査(MWT)**  
 どれくらい覚醒能力があるか調べます。薬剤効果や運転能力の判定に用います。
- 下肢指示不動検査(SIT)**  
 レストレスレッグス・むずむず脚症候群の診断に有用です。

## 保護者の方へ

### 小児SASは早期診断・治療を!!

~「様子を見る」、「経過を見る」は 正しくない場合があります~

お子様は睡眠中のイビキ、無呼吸、苦しそうなる呼吸はありませんか?



成長期(4歳~6歳)に扁桃肥大(図A)やアデノイドの増殖(図B)が起こり、気道が狭くなることにより無呼吸の原因となります。従来はこの状態を「様子を見る」、「経過を見る」で過ごしていました。しかし、この時期の無呼吸を放置すると、睡眠中の成長ホルモンの分泌不足から成長・発育に重大な影響を及ぼします。(2002年の米国小児科学会の報告)

### 小児SASの特徴

- 多くは2~4歳ごろからイビキ・無呼吸などが始まります。
- 6歳頃からイビキが軽くなる傾向がありますが、診断の時期を逃している可能性があります。

- 夜の症状** イビキ、苦しそうなる呼吸、咳き込み、寝相が悪い、おねしょなど
- 昼の症状** 食べるのが遅い、口をあけた表情、落ち着きの無さなど
- 成長に対する影響** 低身長や胸のへこみなど
- 就学すると** 学力低下が目立つ、授業中の居眠り、集中力の無さ

### 診断方法

終夜睡眠ポリグラフ検査の情報が有用です。

