

☆ハッピー通信☆

医療法人 ハッピー会

あきらデンタルクリニック

H27・12月号

(V. 57)

携帯サイトはこちら



スマホ用アドレス : <http://www.yamagata-mouthpiece.com> HPからFBも見れますのでいいね！お願いします☆

☆院長の独り言☆

あきらデンタルクリニック・山形



こんにちは！医療法人ハッピー会 あきらデンタル・クリニック院長の 隠明寺亮（おんみょうじ あきら）です！！

早いもので、とうとうラスト一ヶ月になってしまいましたね…

皆さん～今年はどうな年でしたでしょうか？師走は何かと忙しく、体調を崩しやすい時期でもありますので、どうかご自愛下さいませ(*^。^*)

私事ではありますが、足首&膝も良くなってきて、ようやく杖無しでの歩行が少しずつですが、行えるようになってきました(^_^;)

さて、先月2回ほど閉塞性睡眠時無呼吸（OSA）に関するセミナーを受講してきました。実は以前 OSA の疑いのある患者様の症例を SH 療法の検討会にて相談したことがあります。

その際に睡眠歯科のエキスパートであられる理事の古畑 升 先生に色々なアドバイスを受け感銘したこと、自身のいびき＝体調不良の原因もこれが絡んでいるのではないかと（確定診断はしていませんが…）等この分野に興味を持ったきっかけになりました。 ↗



睡眠時無呼吸障害は単に昼間の強い眠気を感じるだけではなく、放っておくと血中の酸素不足により、心肺機能へ大きな負担がかかり、心筋梗塞や脳梗塞などの命に関わる合併症を生じる可能性もあるので、大変注意が必要だそうです！

以下の症状があり、お困りの方や、ご家族に該当される方はお気軽にご相談ください。

睡眠時無呼吸症候群の主な症状

1. 大きな「いびき」
2. 日中の極度な眠気
3. 睡眠中の多動
4. 夜間の多尿
5. 起床時の頭痛や頭重感
6. 性格の変化
7. 夜間の窒息感や息切れ
8. 性機能低下 など



睡眠時無呼吸症候群の主な合併症

1. 脳梗塞
2. 心筋梗塞
3. 不整脈
4. 高血圧
5. 糖尿病



☆ ハッピーインフォメーション ☆

◆ 11月8日(日) 東京 大井町 ペントロンジャパンにて開催された『ソムノデント MAS クリニカル セミナー』に参加してきました。講師は医科から 磯野 史郎 先生、歯科から 古畑 升 先生より、それぞれ詳しい解説をしていただきました。「ソムノデント MAS」は、いびきや睡眠時無呼吸障害の方に対する装置ですが、医科の先生による診断の基、行われる治療方法の一つになります。睡眠時無呼吸および いびき に関してこれまであまり勉強してこなかった分野になりますので、大変興味深く勉強になりました。セミナーでは受講生を代表して、実際の装置製作のための咬み合わせ(タイトレーション)の位置取りをしていただきました。装置も自ら作製していただき、現在使用しております。実は自身の「いびき」が凄く、最近疲れやすいのも何か関連している可能性があります。上記の睡眠時無呼吸障害に関しては、これから医科の先生方とも連携してさらに勉強していきたいと思えます。

◆ 11月15日(日)に東京 八重洲倶楽部にて開催された SH療法 FUS(フォローアップコース)に参加してきました。ミニ講演は全員参加で、次にパソコンコース、基礎コース、症例検討コースに分かれました。今回も症例検討コースにて参加し、当院の患者様の症例もみていただきました。様々な角度や切り口で理事の先生方や参加の先生方から意見を頂く事ができ、よく理解して参りました。

◆ 11月21日(土) 宮城県歯科医師会館にて開催された MIM(宮城インプラントミーティング)に参加してきました。今回は主宰の山本先生から抜歯即時埋入に関する深〜い基礎から実際の臨床に至るまでのお話をいただきました。

◆ 11月22日(日) 愛知県豊明市 藤田保健衛生大学にて開催された「睡眠歯科医学基礎 講座 2015 入門編」に参加してきました。日本睡眠歯科学会主催で閉塞性睡眠時無呼吸(OSA)に関しての病態、合併症、PGS 検査結果の読み方など多岐に亘り学ぶことができました。

◆ 11月29日(日) 東京墨田区 国際ファッションセンターにて開催された学際企画セミナー=「Dr. 弘岡に訊く 臨床ペリオ講座」に参加してきました。エビデンススペースにてお話しされる非外科処置の可能性と限界、外科処置の必要性、インプラント周囲炎のリスクマネジメントなどについて勉強してきました。

★院長が装着しているソムノデント MASは上下分離型のこんな装置です★



☆上下装置☆

☆上顎☆

☆下顎☆

12月あったまろ

かぁ〜んたん

玉ねぎのレンジスープ

材料(2人分)

玉ねぎ	1個(160g)
「ほんだし」	小さじ2/3
みそ	小さじ1
熱湯	カップ1

万能ねぎの小口切り適量

玉ねぎのレンジスープの作り方

(1)玉ねぎはヨコ半分に切る。耐熱カップに玉ねぎを入れ、「ほんだし」をふり、ふんわりとラップをかけ、電子レンジ(600W)で3分ほど加熱する。

(2)熱湯をそれぞれ注ぎ、みそをのせ、万能ねぎをふる。みそを溶かしながらいいただく。

【AJINOMOTO Park】より抜粋

レシピ大百科

鳥そぼろ ツナ コーン

トッピングいろいろ〜OK

おいしいよ!

64 おはな