

## 第10回 本部通常総会・記念講演会のお知らせ

日時：6月8日(水) 午後1時30分受付、午後2時00分開会  
 場所：湘南鎌倉クリスタルホテル  
 次第：〈記念講演会〉午後2時00分～午後3時45分  
 〈総会〉午後4時00分～午後5時15分 〈懇談会〉午後5時30分～午後7時00分  
 講師：須田慎一郎氏〈経済ジャーナリスト〉  
 演題：2022年どうなる日本！今後の経済を読む  
 会費：3,000円(懇談会会費) ※講演会、総会は無料



須田慎一郎氏

※詳細につきましては、別途お送りする開催通知の内容をご確認いただき、出欠席通知のご返信を必ずお願いいたします。

## 令和4年度上期分 法人会費口座振替のお知らせ

区分	資本金	月額
正会員	300万円以下	800円
	1,000万円以下	1,300円
	3,000万円以下	1,800円
	5,000万円以下	2,400円
	5,000万円超	3,000円
	特別会員(同一代表者及びこれに準ずる代表者の法人)	100円
賛助会員	法人会活動に賛同される個人又は個人事業者	500円

### 口座振替契約の皆さまへ

令和4年度上期(令和4年4月1日～令和4年9月30日)の会費をご指定の口座から振替させていただきますので、振替日に不足が生じないようご協力をお願いいたします。  
 また、平成28年度上期より郵送によるお知らせは省略し、本誌でのご案内とさせていただきます。  
 尚、領収証につきましては、通帳などの摘要欄の引き落とし表示に代えさせていただきます。  
 ※領収証が必要な場合、事務局までご連絡ください。

■引落日:令和4年5月16日(月)

### 口座振替契約をされていない皆さまへ

6月上旬に振込用紙を郵送いたします。法人会費の納入は口座振替が便利です!ご協力ください。

お問い合わせは(公社)藤沢法人会 事務局・0466-22-6444

## 医療百話

湘南藤沢徳洲会病院  
副院長 呼吸器内科 近藤哲理



### 睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠時無呼吸症候群は、睡眠時に10秒以上の無呼吸が1時間に5回以上出現する状態を呼び、その9割以上は睡眠時に舌が緩んで喉の奥を塞いでしまう閉塞型(OSA)です。いびきも喉が狭まって狭窄音が出るので、いびきの極端な病態と言っても過言ではありません。脳からの呼吸指令の不調で発生する中枢型においても、心不全や不整脈、脳卒中などでは出現しますが、今回は閉塞型を説明します。

無治療のOSAでは経過中に脳卒中や心筋梗塞を併発して亡くなる方がしばしばあり、実は危険な病気です。さらに高血圧、気管支喘息、癌、緑内障、逆流性食道炎、認知症などさまざまな病気とも深い関係があります。しかし罹患率は成人男性の2割程度と極めて高いにも関わらず、見過ごされていることが多いと考えられています。OSAでは夜間の排尿回数が増えるため、泌尿器科からの紹介も最近は増えてきており、検査をするとかなりの方が隠れOSAです。女性は男性より発症は少ないものの、更年期過ぎには急増します。女性では、うつや不眠などを症状とすることも多いために、男性より発見が難しいことも知られており、妊娠時のOSAは赤ちゃんにも悪い影響があることが報告されています。日中の眠さも見られますが、実は重症のOSAでも強い眠さを訴える人は半分くらいです。

診断は睡眠中の頻繁な呼吸停止を確認する必要があり、2～3個のセンサーによる小型の簡易装置を持ち帰って自宅で行う簡易検査がまず行われます。この簡易検査で重症となれば、治療に入ることも可能ですが、正確な診断には一泊の入院で20～30個のセンサーを取り付ける、睡眠ポリグラフが必要で、中等症・重症ではこの精密検査は必須です。

肥満はOSAの強い悪化因子なので、肥満がある方は10kg程度を目標に、減量をお勧めしています。軽症で強い症状がある方には、歯科に紹介状を発行して専用のマウスピースを作成し、毎晩装着していただきます。

中等症と重症は毎夜CPAP(シーパップ)と呼ばれる重箱より少し小さい、電動の器械から鼻マスクを介して喉に軽い圧力をかけることによって、無呼吸を抑制します。鼻詰まりや扁桃腺肥大もOSAの悪化因子ですが、それらの治療で中等症以上の無呼吸を完全に抑制することは困難です。CPAPの使用には定期通院が必要になり、長期の通院となるためお近くの医療機関での治療を推進しています。



CPAP 装着時