

# 10月1日睡眠時無呼吸症候群(SAS)の 学習会が開かれました



◆約19名の参加がありました◆

最初に清水禮二先生により睡眠時無呼吸症候群の治療がなぜ大切かについてのお話がありました。治療しないしていると心臓病や脳梗塞などを招くことが話されていました。今年はCPAPの器械が新しくフクダライフテックに変更するに当たり、主に器械の取り扱いなどを中心にお話がありました。



学習会の中でこんな質問がありました。( )が回答です。

- ホースの洗浄中に水が残ってしまうがどうしたらよいか  
(ある程度水をふき取って残った水はホースのはじをもって振り回して水気をとる方法もあります)
- 器械本体のメンテナンスはどうか  
(本体側は日常的な掃除は不要です。  
4年に1度業者から交換を案内しています)
- ホースの風が生暖かいのはなぜですか  
(室内の温度によって風の温度が変わります。部屋が暖かいと風が暖かく、冷たいと風が冷たくなります)
- 咳き込んだりすると苦しくなる  
(夜中咳で苦しかったら器械を止めてもOKです。  
機器の上部にストップボタンがあります。)
- 洗う洗剤がよくわからない  
(普段台所で使用する食器洗いの中性洗剤で大丈夫です)
- 横を向くと苦しい。漏れる感じがする  
(横を向いて寝ることが多い場合は横を向いた形でマスクを調整して、  
まず横向きから寝てみましょう。  
マスクにはいろいろな種類がありますので、自分に合うものを選びましょう)



- 花粉症でつらい。花粉対策用フィルターは効果あるのか  
(フィルターはやや厚めで、きめが細かくなっています。  
無料でお渡しできますのでスタッフに声をかけて下さい)
- 仕事上1日何回も寝たり起きたりするが、データは取れているのか  
(昼の12時を基準に24時間を計測してデータは出しています)



参加者の感想として、『先生の話から始まって、業者さんの器械についての説明、利用している人からの質問などは、他人ごとではなく、とても勉強になりました』という声が聞かれました。

いろいろなマスクが展示されており、学習会終了後に直接機器のボタン操作を習ったり、ボタン画面の説明を受けたり、この日は2人の方が別のマスクを試したいと言って郵送してもらったようです。

