

しみずクリニックふさ ふさからの便り



6月14日『第2回睡眠時無呼吸症候群の学習会』が開かれました。
毎日C-PAP療法をされている患者さんご家族15名の参加で行われました。
最初に清水禮二先生より睡眠時無呼吸は、生活習慣病と切っても切れない病気で、
体重を減らすことが最も大切だというお話がありました。

C-PAPメーカーよりレポートの見方と機器のメンテナンスについてお話がありました。

その次に質問コーナーで患者さまよりいろいろな質問が出ました。
参考になればとご紹介します。

Q：解析用のソフトが欲しい ☞ 医療用なのでお出しすることは出来ません

Q：途中で起きて大丈夫ですか

☞ レポート上の使用時間は、時間の累積なので大丈夫
お酒を飲んだ時は特にちゃんと付けましょう



Q：ラージリークは？ ☞ 累計15分以内を目標にしてください

Q：加湿器のタンクの水は？ ☞ 毎日交換してください

Q：マスクについた皮脂は？ ☞ 毎日ノンアルコールのウエットティッシュなどで拭きましょう

Q：酸素ポートが必要なことがある場合は

☞ コンフォートフルマスクに酸素ポートがあります。
ご相談ください。

Q：ホースの洗浄は？

☞ 1週間に1回、まっすぐに吊して陰干ししてください。



新しいマスクの紹介もありました

鼻の部分 coverage ウィズマスクというマスクも
紹介されました。何人かの患者さまが既に
使われていますが、従来のマスクより顔を
覆う部分が少なく好評のようです。



睡眠グッズの紹介

♥世横向きで眠れるなまからの紹介もありました。CPAPのマスクをつけている
と、ついつい仰向けで寝ていることが多いのですが、このような枕を使うと安
心して横向きになれるですね(^_^)。

♥このようなアルファベッ
トのUみみたいな枕も紹介さ
れていました(*^o^*)



睡眠時無呼吸かなとお悩みの方は
是非クリニックまでご相談ください♪

