

# CPAPレター 第150号

2018/11

## 祝 CPAPレター150号

2006年1月に発行された第1号から12年…

CPAPレターもついに**150号**を発行することができました！

150号という数字もそうですが、CPAPレター第1号の発行から12年…歴史を感じました！  
12年経てば様々な変化があるもの…今回は**CPAPに関連する変化**を集めてみました。

こんな変化がありました！



なんと…

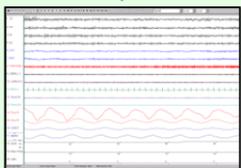
### CPAPの変化

長くCPAPをお使い頂いてる方は特にだと思いますが、CPAPもどんどん変化しています。  
以前の機械に比べると、風を出すボタンを一つ押していただくだけとシンプルになっているように思います。



### PSGの変化

定期的な検査（フォローアップPSG）の機械も変わっています！



### スタッフの変化

当初4人だった睡眠スタッフも、現在は8名で頑張っています！

機械での画面表示もこんなに違います

### CPAPレターの変化



以前はA4サイズのCPAPレターを毎月発行していましたが、診察状況の変動に伴って2018年1月より2カ月ごとにA3サイズでの発行となりました。

様々な変化はありますが、みなさまのサポートができるよう努力してまいりますので、今後ともよろしくお願いたします。



快適にCPAPをお使い頂くために

## 寒さ対策をしましょう！

だんだんと寒くなってきました。CPAPを使い始めて初めての冬！という方もみえると思います。快適にCPAPをお使いいただくための対策をご紹介します。

### こんな症状ありませんか？

- 風が冷たい！
- 鼻が痛い！
- マスクやホースが結露する！

### ポイント① まずはお部屋の環境を変えましょう！

まずは暖房などでお部屋を暖かくしたり、加湿器などをお持ちの方はお部屋を加湿してみましょう。

### ポイント② ホースを布団の中に入れてみましょう！

ホースを布団の中に入れることで、空気を温めることができ、水滴が付くのを防ぐこともできます。

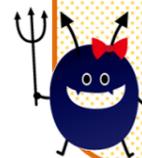
### ポイント③ CPAP専用の加湿器もあります！

CPAPに接続してお使いいただける加湿器もありますが、蒸留水を準備していただいたり、こまめな掃除が必要だったりと少し手間な部分もあります。使用してみたい方はスタッフまでお申し出ください。

## 風疹 流行中！

	7月	8月	9月	10月
患者報告数 (愛知県)	1件	8件	45件	31件

愛知県衛生研究所HPより

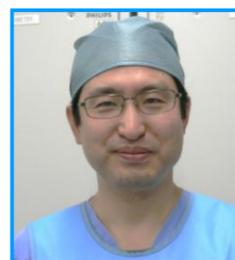


愛知県でも風疹の報告数が増加し、田原市での発症報告もあります！

気温も低くなり、風邪なども引きやすくなると思います。また、インフルエンザも流行する季節です。体調管理にお気を付け下さい！



### 三谷先生よりひとこと



皆さん、いつもCPAPを使っておいただきありがとうございます。先日気になるニュースがありました。バスの運転手が事故を起こし、睡眠時無呼吸症候群の治療中であつたと大々的に放送されていました。私が気になるのは、きちんとCPAPが使われていたかどうかということ。本来治療中であつたなら、運転もなんら問題はないはず。報道の行方を注視しているところです。これからも、皆さんがCPAPをしっかりと付けて熟睡できて、安全・快適に過ごしていただけるようサポートしていきますね。

\*必ず定期受診をお願いします。  
(木曜のCPAP外来の場合はCPAPもお忘れなく！)

発行：渥美病院

文責：高橋 生理検査室

