



MITA Health Seminar

# 第37回健康セミナー

## 『激しいイビキの方は要注意!! ～良い睡眠がとれていますか?～』

日程：2015年 3月 14日(土)

時間：14:00～15:30 (受付：13:00～)

健康のために睡眠はたいへん重要です。睡眠障害というと不眠症を考えがちですが、不眠症以外にも様々な病気があり、多くの人々が睡眠の問題を抱えていることがわかってきました。日本では、一般成人のうち約21%が不眠に悩んでおり、約15%が日中の眠気を自覚しているとの調査結果があります。様々な睡眠障害のなかでも三田病院で治療をしております睡眠時無呼吸低呼吸症候群は、重症度にもよりますが、交通事故を引き起こすだけでなく、良い睡眠がとれないことで、命に関わる疾患だと認識されています。特に激しいイビキをかかれる方は、睡眠時無呼吸症候群の可能性があるとされています。睡眠中に無呼吸が繰り返し起こりますと、低酸素になりそれがもとでいわゆる生活習慣病、たとえば動脈硬化性疾患である心臓の病気や脳の病気を若くして引き起こすことにつながりかねないのです。

このセミナーでは、睡眠時無呼吸症候群のこと、睡眠時無呼吸症を引き起こしやすい疾患のこと、どのような検査をするのか、どのような治療があるのか最新の情報と治療機器を含めてご紹介させていただきますと思います。

講師 井上 寧 (いのうえ やすし) 医師

呼吸器センター医師／国際医療福祉大学講師

東京慈恵会医科大学卒、医学博士

日本呼吸器学会認定指導医・呼吸器専門医

日本睡眠学会認定医

日本内科学会認定指導医・総合内科専門医 他



いのうえ やすし 井上 寧 医師

場 所：国際医療福祉大学三田病院 11F 三田ホール

定 員：200名

※どなたでも無料でご参加いただけます。当日参加も可能です。

※セミナー終了後、けんこう体操を行います(自由参加)。

■ 参加ご希望の方は、お電話でお申込みください。

TEL. 03-3451-8123 (総務企画課) \*受付時間 月～土曜日 8:30～17:30

多岐にわたる呼吸器疾患  
において、適切な診断と治  
療を心がけています



国際医療福祉大学三田病院

〒108-8329 東京都港区三田 1-4-3

TEL. 03-3451-8123