

- 米国睡眠専門センターの立場から -
睡眠への愛を境界なく広げるために

Stanford Sleep Medical Center Clinical Fellow 河合 真

およそ何か一つの分野を愛するという行為を考えた場合に必要な要素が存在することは当たり前のことである。睡眠の分野への好奇心が愛へと育つためにはどうしても通過しなければならない共通項が存在し、それが PSG である。なぜ、PSG が睡眠を愛するために必要かを理解されないまま如何にパラメーターを減らすことが議論されることが昨今特に多いように感じる。この講演で睡眠を愛するとはどういうことを意味するのかを議論したい。

後半では、睡眠医学の多分野集学的な側面をすこし議論したい。多分野集学的であるということは多くの分野の人間が参加できることを意味するが、逆に言うと一人の専門家だけでは睡眠医学のすべての要素をカバーしきることが難しいということも意味する。そこには自分の得意とする分野と得意でない分野の境界ができてしまうことを意味する。その境界を乗り越えるには互師互弟の精神以外にはない。その境界を乗り越えようとする行為が睡眠への愛を境界なく広げることにつながると考えている。そして、そこで介在する共通項がまたしても PSG ということになる。PSG を大切に思い真摯に学ぶ行為の裏付けとしての哲学を確固としたものにしてもらうことがこの講演の最終的な目的である。

睡眠への愛を
境界なく広げるために
Ver. 2014



Stanford Sleep Medicine Center
Research Fellow
Makoto Kawai, MD

「睡眠愛」を「境界なく」「広げる」には？

- + 睡眠愛とは何か？
- + 「境界なく」というからには「境界」とは何だ？
- + そして「広げる」にはどうすればいい？

睡眠愛の要素

+ 好奇心

+ 行動

+ 時間

+ 要求、束縛

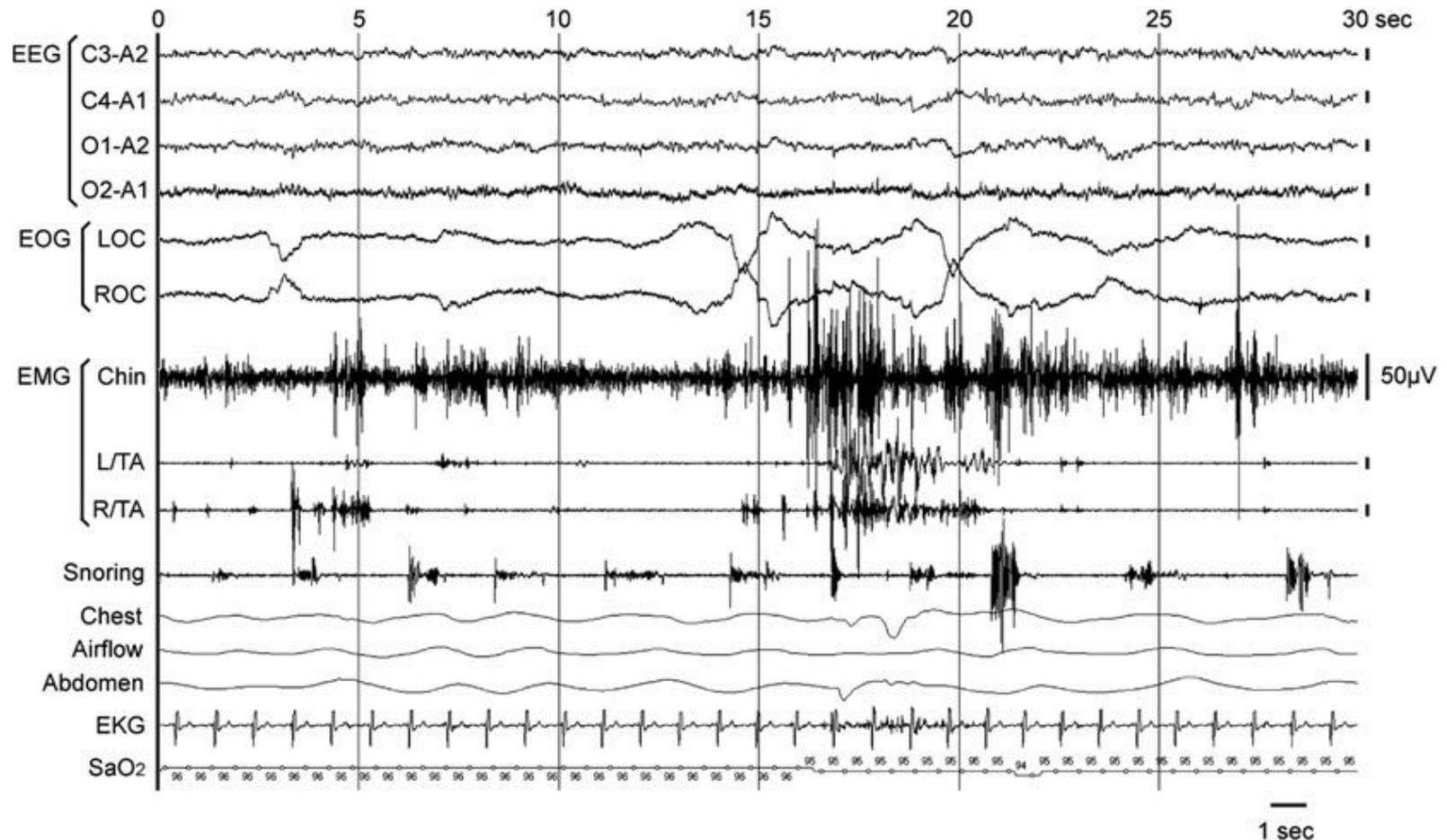
それは好奇心だ！（まだ愛じゃない）

- + 手段としての睡眠医学
 - + 出世とか政治
 - + 「睡眠医学ってあまりやっけてないから出世できるかも？」
 - + 研究テーマ
 - + 「研究が行き詰まったからちょっと視点をかえてみるか？」
- + 政府の広報活動
 - + 「とりあえず睡眠をよくすれば自殺も減るのでは？」
- + 労働環境の改善
 - + 「睡眠をよくすれば効率があがる？事故が減る？」

行動をともなう好奇心

- + 自分の症状、研究テーマ、マーケティング、政治、出世がきっかけにして行動する
- + 「ちょっとISMSJでも行って勉強するか？」
- + 「ちょっとスタンフォード便りでも読んでみるか？」 「おーい更新はまだか？」
- + 「ちょっと睡眠の教科書でもよんでみるか？」
- + 「ちょっとPSGでも読んでみるか？」

ここに愛がある。
これが今の所「そのもの」に一番近い。



お金をかけて! PSGの保険請求額

+日本 3300点 = 3万3千円

+アメリカ

+病院、診療所と保険会社の交渉で決まるのだが、およそ5000-10000ドル (16-30倍) 医者の読影料はべつで500ドル程度

+ちなみに簡易検査500ドル程度

愛は甘くない、要求する

- + 「私そのものを愛して！」
- + 睡眠そのものとは何か？
 - + 一番近いのはPSG
- + 睡眠愛はPSGを通じて睡眠そのものを観察することに時間を費やすことが必要。
- + お金もかかるし、束縛されちゃいます。

愛は甘くない「愛していないの？」

- + 愛するからこそ厳しい。
- + 「ええかげん」な態度は許せない：
PSGがゴールドスタンダードであることを
忘れてたらキレル！
- + 愛しているからお互い監視する = QA
(技師vs医師)

境界を広げるために 境界を知るべし！私の境界

- + 成人の神経内科であるアイデンティティ：PSG、EEG、脳機能やEPILEPSYはよく知っているが、、、
- + 以下はよく知らない（知らなかった）
 - + OSASの外科、耳鼻科、口腔外科、歯科、矯正歯科
 - + 口腔の評価
 - + 精神科
 - + 基礎研究
 - + 小児の睡眠

プライドを持つことはいいことだが、それが境界を作ることにもなる

- + 脳波がよめる神経内科こそが睡眠をするべきである。
- + 脳波も読めない奴が何を言ってるんだ？
(これが私の境界)
- + 口腔がどうした？
- + うつがどうした？
- + 小児がどうした？

睡眠の難しく、愛すべき特徴

- + 他分野に渡るということ。
- + Multidisciplinaryともいいます。
- + 一人の専門医で完結するのが難しい。
- + 睡眠専門医は広く分野をカバーし、接着剤の役割を果たす存在。

互師互弟ということ

- + 私が脳波を教えるかわりに
- + 誰かが呼吸生理を教えてくれたり、
- + 口腔診察を教えてくれたり、
- + 心電図を教えてくれたりしたら
- + それは（私にとって）素晴らしいこと。
- + より睡眠を知り、愛せるということ。

互師互弟ということ

- + あなたが思っている “睡眠医学”
- + 他の人が思っている “睡眠医学”
- + ちょっと違うかもしれない。
- + PSGを通じればお話ができて、お互いに理解を深めあうことができるかもしれない。

結論：必要なこと

- + 睡眠を愛するためにPSGを学ぶことが必要
 - + “私そのものを愛して”
- + 境界を知るためにPSGを学ぶことが必要
 - + “ここのパラメータは得意だけどこれはよく知らない。”
- + 境界を超えて愛を広げるためにもPSGを学ぶことが必要
 - + “〇〇さん、ここ教えてください。ここは教えられます。”