

2024年12月発行

《目次》

1. 第15回日本臨床睡眠医学会 (ISMSJ) 学術集会を開催して
2. 第15回ISMSJ学術集会参加記
3. 若手奮戦記～小児科睡眠外来での奮戦～
4. 2025年の睡眠関係学会のご案内

発行：一般社団法人日本臨床睡眠医学会
ニューズレター委員会

委員長：立花直子

委員：足立浩祥，中島隆敏

〒162-0825

東京都新宿区神楽坂4-1-1オザワビル2F

Tel : 03-5206-7431 Fax: 03-5206-7757

E-mail: ismsj@worldpl.jp

第15回日本臨床睡眠医学会 (ISMSJ) 学術集会を開催して

朝日大学歯学部総合医科学講座内科学

朝日大学病院睡眠医療センター

第15回日本臨床睡眠医学会学術集会 組織委員長 大倉睦美

朝日大学病院睡眠医療センター

第15回日本臨床睡眠医学会学術集会 副組織委員長 村木久恵

2024年10月11日-12日に岐阜市のじゅうろくプラザにて第15回ISMSJ学術集会を開催させていただきました。初めての岐阜開催であり、東海地方では2回目、どのくらいの参加をいただけるかと心配しつつの準備期間でした。私たち自身、岐阜の地に睡眠医療センターを立ち上げたのが2020年10月であり、地域に自分たちが根ざすことを行いつつの中での準備となりました。初めて岐阜で行う以上、できるだけ東海地域の方々の新しい参加者を増やしたい、これを機会に睡眠医学のネットワークづくりのきっかけにもしたい、ISMSJに積極的に参加していただける人材を東海地方よりさらに増やしたいとたくさんの欲張りな目標をもっておりました。ISMSJ学術集会は現地に参加をしていただいて、現地で議論すること、さらに一人でもその睡眠医学を語る仲間を増やしていくことを目標としております。受け身ではなくなるべく参加者に積極的に議論に参加していただくことが大切であり魅力です。ただまずは参加していただければその魅力を知っていただくこともできない、と考えておりました。幸いにも合計287名の参加登録をいただきました。たくさんの皆様がお声がけいただいたおかげと大変感謝いたしております。

今回の学術集会のテーマは「睡眠医学を紡ぐ」とさせていただきました。参加者それぞれの自身の中で、さらに参加者間で有機的なつながりをもつことで睡眠医学が着実に臨床でも研究でも歩みを続けていけるきっかけになればという想いでした。プログラムに関しては少し欲張りすぎ、みっちりの時間割となってしまうため、一部プログラムでは質疑応答の時間が十分とれなかったこと、ポスタービューイングの時間もあったのですが、なかなか上手く告知ができず(ポスター会場の場所の問題もあったかと思います)、もう少し活発な議論ができる環境を作ることができればよかったなと反省しております。またたくさんの参加をいただき、一部ランチョンでお弁当ぎれになってしまい、懇親会も熱気あふれるライブ会場のようにになりました。このあたりはお許しいただければと思います。

今回ワークショップをふたつ入れさせていただきました。小児と模擬患者養成WSです。これらは双方向性で参加

いただいた方からも好評でした。

特別講演のDr.DauvilliersにはナルコレプシーType2と特発性過眠症の疾患概念、診断検査の問題、ナルコレプシーType1におけるオレキシン欠如にかかわる免疫病因への探求、そしてオレキシン受容体アゴニストによる治療へと、彼の臨床経験からの疑問をさらに研究で解明していこうというたゆみない興味と努力を聞くことができて、改めて臨床睡眠医学の面白さを目のあたりにできたご講演でした。

今回参加者の方の一つでも何らかの紡ぎがあれば組織委員長、副組織委員長としてこの上のない喜びです。一つの小さなきっかけが我々の睡眠医学を続ける契機になったように。その後の人生に大きく影響することもあります。今回の反省点は次回第16回ISMSJ学術集会に引き継ぎ、新たな地福岡でもたくさんの皆様とお会いできることを楽しみにしております。最後に今大会を大過なく終えることができましたのも、ご協力いただきました会員、組織委員はじめとした皆様のご尽力のおかげです。心より感謝申し上げます。



第15回ISMSJ学術集会参加記

朝日大学歯学部口腔病態医療学講座口腔外科学分野 鵜飼 哲

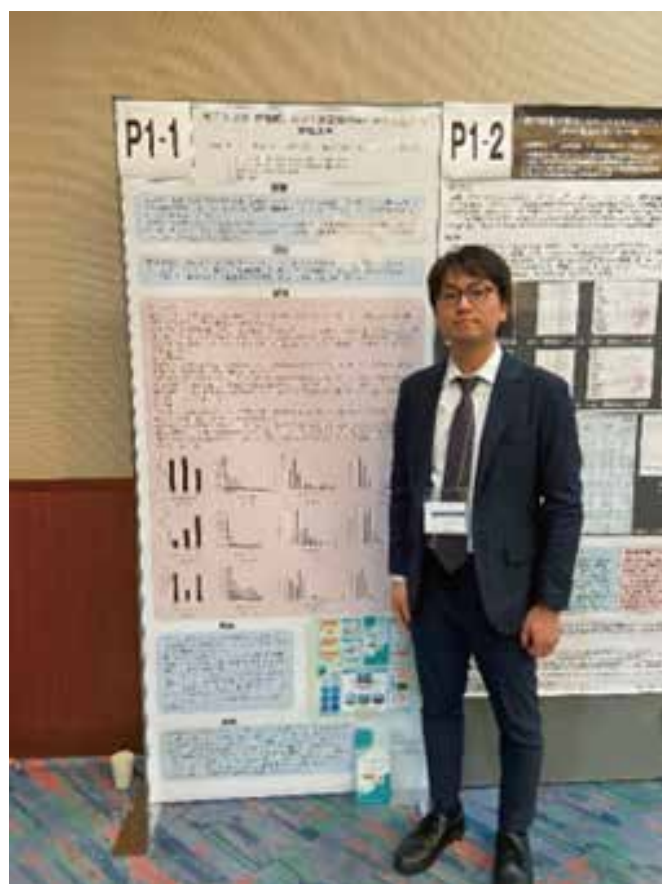
この度、学術集会参加記を担当することになりました朝日大学歯学部口腔外科学分野の鵜飼哲と申します。このような機会は初めて、何を書いたらいいのか・・・ということで1度歯科医師として睡眠医学に関わるきっかけから書いていこうと思います。

まず閉塞性睡眠時無呼吸 (OSA) に対する口腔内装置 (OA) を作製するようになったのは1年目の初期研修歯科医からでした。研修先であった朝日大学病院では2016年7月から勤務しており、まだ睡眠医療センターはなく近隣の医療施設より紹介され、当初は上級医がしていたやり方でとりあえずOAを作製してみる、くらいのみで特に深く考えもせずに研修の一環で作製しておりました(マウスピースや手術に関わる口腔内装置などは研修医がかかわる仕事だったので・・)。その後、関連病院に出向、再度2019年4月に大学病院へ戻ってくることとなり、そこからOSAに対するOAの作製を一手に引き受け、本格的に治療および勉強を開始しました。当時は、従来の上下顎を固定する一体型のOAを主としていましたが、2019年の赴任以降、上下顎がやや可動し作製後もtitrationが可能な分離型OAの作製を開始しました。そこで1年くらいたった後、朝日大学病院に「睡眠医療センターができるらしいぞ」と噂を聞き、噂が本当となり2020年5月に大倉先生が赴任されご挨拶をしたのが大倉先生との出会いでした。その後2020年10月から院内に県内病院では初の睡眠医療を専門とするセンターが開設されましたが、当時はコロナ禍でもあり、そこまで接点もないまま依頼いただいたOSAや睡眠時ブラキシズム患者へOAを作製しているだけでありました。その後、転機がきたのは恐らく2022年の年末頃だったのではないかと思います。その頃には日本睡眠学会専門医療機関A認定を取得され、その後縁もあり日本睡眠学会の歯科専門医の取得のため勉強をさせて頂くこととなりました。

研修をする中で、まずPSG検査から学ぼうと思い、夜間の検査に立ち会ったり(たまにしかまだできていませんが)、睡眠ステージの判読をしたり・・・と日々勉強をしています。そこで初めて常時監視下におけるPSG検査やCPAP titrationを行っている施設が多くはないこと知り貴重な研修ができていると実感いたしました。また2023年度から睡眠関連の学会や勉強会へ参加し勉強している中で患者さんのPSGで特徴的な脳波について村木技師に質問すると、アーチファクトと判明することもあり、脳波

ばかりに目がいきがちでPSG全体を見ることが難しいなと感じ始めていました。そのような中、今回第15回ISMSJ学術集会に参加させていただき2日目の教育プログラム2の「PSGのアーチファクトを極める」は非常に勉強になりました。河合先生のフィルタリングの重要性やアーチファクトがなぜおきてしまうのか、生理的や非生理的なもの、眼電図の電極の位置による波形、また川名ふさ江先生による検査環境や電極接触抵抗など・・・脳波ってすごく奥深いなと感じました。あと汗も非常に重要なポイントだということも知ることができました。また歯科医師でもあるため1日目の教育プログラム1の「歯科から学ぼう」では、改めて知識の整理が出来、清水歯科クリニックの清水清恵先生のMFTについては他学会でもご講演を聴講したこともあります。毎回勉強になります。また今回ポスターで、「朝日大学3医療施設におけるOA患者の動態調査」との演題で発表をする機会を頂きました。発表に関しては、座長の加藤久美先生含め貴重なご意見をいただき、またまとめることにより今後に向けての課題も明確になり大変よい経験をさせていただきました。

今後も学会や勉強会に参加し睡眠医学を学ぶことにより臨床へつなげていければと思います。



若手奮戦記～小児科睡眠外来での奮戦～

大阪大学大学院連合小児発達学研究科 平田 郁子

私は、大阪大学医学部附属病院小児科で睡眠外来を担当している小児科医です。睡眠の臨床経験はまだまだ浅く、勉強の毎日です。これまでの奮戦記を拝読しますと、力強く道を切り開かれてきたお話に感銘を受けます。私のように回り道をしながら、周囲に恵まれてこまめに来ることができたケースもあること、これまでの知識を睡眠に生かし、睡眠をこれまでの経験に上乘せする、相互の良さが生まれる楽しさ、また、小児の睡眠仲間が増えて欲しいという気持ちで、書かせていただきます。

私は、不登校に携わる仕事をしなく、心理職と迷いながら医師になり、精神科と迷いながら小児科に進み、不登校を取り巻く要因の一つとして、神経発達症を深く学びたいと、大阪大学連合小児発達学研究科の門をたたき、谷池雅子先生に睡眠の世界へと手を引いていただきました。ISMSJとの出会いは、谷池先生に誘われて参加させていただいた2012年でした。その時はPSG所見だけで目が回り、自分には向かないと思ってさえいましたが、幾年か経ち、不登校や神経発達症の子どもたちも受診するという谷池先生のお誘いのもと、睡眠外来を担当させていただくことになりました。精神科や歯科の先生とも睡眠を学ぶ機会があり、小児PSGの経験豊かな技師さんと、睡眠をよく知る心理師さんに囲まれたありがたい環境です。

ISMSJには、睡眠愛にあふれた方が多く、不登校や神経発達症診療の切り口のの一つなどと考えて睡眠の世界に足を踏み入れたことに、肩身が狭く感じた時期もありましたが、最近では、脳波も1エポック30秒でないと座りが悪く感じてきて、少しずつ会場でも胸を張って意見を交わすことができるようになってきました。

小児科睡眠外来での奮戦は大きくわけて三つ、閉塞施睡眠時無呼吸(とくに基礎疾患のある子ども)、就学頃までの不眠症と睡眠時随伴症、思春期の起きられない子どもたちの診療です。加えて、学生や若手医師、コメディカルに、いかに睡眠医学に興味を持ってもらえるか、大変微力ながら奮戦しています。

OSAは、大学病院という性質上、基礎疾患のある患者さんも多いことから、OSA以外にも考慮すべき合併症が

多く、主科の先生に助けをいただきながら、悪戦苦闘しています。CPAP導入にしても、うまくいくことばかりではありませんが、治療が成功すると、お子さんの活気がでたり、成長発育の改善を目の当たりにできたりして、小児科の醍醐味を感じます。

不眠症や睡眠時随伴症については、健診業務に携わって、相談が多いことを知りました。最近では、神経発達症の子どもは睡眠の問題が多いという知識が広まったことで、子どもが寝ないことに不安を感じて受診されるご家族も増えたと感じます。(実際、診察で神経発達症を疑うことも少なくありません。)基本の睡眠衛生指導と言ってもご家族に頑張ってもらうことが多く、家庭背景を考えながらの試行錯誤ですが、アドバイスが奏功した時の子どもとご家族の穏やかな表情は、得難いものがあります。精神科の足立浩祥先生のご厚意で成人の睡眠診療を見学させていただいた時には、成人らしい睡眠衛生指導の世界があり、これも大変勉強になりました。

朝起きられない、日中眠い子どもたちは、受診の多さに改めて驚き、自分の起床・就床時刻を答えられる子どもたちのなんと少ないことかと衝撃を受けました。睡眠不足は勿論ですが、神経発達症や不登校が関係すると、紐解かねばならないことが多く、悩み続けています。神経発達症のお子さんの場合、その子の「眠気」や「疲労感」の感じ方、時間感覚の把握から始める必要があったり、こだわりなどから睡眠衛生指導にもコツが必要です。神経発達症や不登校の診療経験が活きるのは間違いなく、やりがいがあります。また、不登校診療や予防の入り口の一つに、睡眠の切り口を加えられることはとても有用で、一般小児科医をはじめ、学校の先生や子どもの支援に携わる多職種の方にも睡眠の基礎知識が広がってほしいと思います。

小児睡眠仲間の勧誘という点では、スマートウォッチや睡眠アプリで自身の睡眠をモニタリングするなど、興味がある学生もいる一方、「睡眠関連疾患」を挙げてもらうと、不眠症とOSAがあがるかどうかということも少なくありません。また、興味を示してくれる学生や若手医師も、話題がPSG所見の見方に及ぶと、一旦表情が固まるのを感じます。自分にも、大変身に覚えのある感覚で、臨床の実感とPSG所見が結びつくようになると楽しくなるので、まずは自身の睡眠不足、次は多彩な疾患に触れてもらい、睡眠がいかに子どもの生活に影響を与えるか実感してもらおうところから行こう、と思うようになりました。

ゆっくりとした歩みですが、ゆっくりでも歩み続けてきたら進んだなと自分を励ましつつ、自分のできることを探していきたいと思っています。ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いいたします。



PSG検査の導入時に、検査の理解を深め、不安や恐怖を軽減するため、心理師がお人形を使って、説明し、サポートをしてくれます。とても心強いです。



The 16th Annual Meeting of Integrated Sleep Medicine Society Japan
第16回 ISMSJ 学術集会
 日本臨床睡眠医学会

睡眠医学の教育のために、今、必要なこと。

2025年**10月10日(金) >>> 11日(土)**
九州大学医学部 百年講堂(福岡市)

組織委員長

河合 真

Division of Sleep Medicine,
 Department of Psychiatry and Behavioral Sciences,
 Stanford University

副組織委員長

津田 緩子

九州大学病院 口腔総合診療科



11th ASIAN SLEEP RESEARCH SOCIETY CONGRESS
8th ASIAN FORUM ON CHRONOBIOLOGY

February 8-9, 2025
Hotel Andaz, Aerocity, New Delhi, India

Pre-Conference Workshops
February 7, 2025, AIIMS, New Delhi

Organised by Indian Society for Sleep Research

WORLD SLEEP SOCIETY
Advancing Sleep Health Worldwide

Endorsed by World Sleep Society

2025年睡眠関連meetings

名 称	場所・会場	日 程
第17回OSHNet新PSG睡眠塾	夢舞台国際会議場(淡路島)	2025年1月25-26日
11th Asian Sleep Research Society Congress/8th Asian Forum on Chronobiology	Hotel Andaz, Aerocity, New Delhi, India	February 8-9, 2025
SLEEP 2025, 39th Annual Meeting of APSS	Seattle Convention Center, Seattle, WA, USA	June 8-11, 2025
日本睡眠学会第49回定期学術集会	広島大学霞キャンパス(広島市)	2025年6月28-29日
World Sleep 2025, 18th World Sleep Congress	Singapore	September 5-10, 2025
第16回ISMSJ学術集会	九州大学医学部百年講堂(福岡市)	2025年10月10-11日