日本臨床睡眠医学会 Newsletter

ISMSJ

No.8 2023 2023 年 12 月 20 日発行

≪目　次≫

1. 第 14 回日本臨床睡眠医学会(ISMSJ)学術集会を開催して
2. 第 14 回 ISMSJ 学術集会参加記
3. 2024 年睡眠に関係する学術大会など日程表
   ※第 15 回日本臨床睡眠医学会(ISMSJ)学術集会概要

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 14 回日本臨床睡眠医学会(ISMSJ)学術集会を開催して

帝京大学ちば総合医療センター耳鼻咽喉科
第 14 回日本臨床睡眠医学会学術集会 組織委員長 鈴木 雅明

私が第 14 回 ISMSJ 学術集会の組織委員長にならないかという打診を受けたのは 2019 年 8 月の麻布十番でのお店でした. 当時の立花直子先生と私の構想では首都圏での開催でしたが，その頃既に大陸にて COVID-19 が発生しているなどとは思いも及びませんでした. すぐさま全世界をパンデミックが襲い, 国内外の学術集会は開催延期もしくはオンライン開催を余儀なくされました．第 12 回 ISMSJ 学術集会（谷口充孝組織委員長）が延期となり，緊急事態宣言が続きパンデミックの先の見通しが立たない中，第 14 回学術集会の会場を決めなければならず，やむなく ISMSJ の本拠地とも言える大阪での開催を決断した次第です．第 14 回学術集会の現地参加者を所属医療施設の都道府県別で見ると上位から大阪 64，東京 28，奈良 13，京都 10，兵庫 10 名と関西エリアからの方々が過半数を越しており, 第 5 類感染症移行直後の開催地としては梅田で良かったと考えております. 第 5 類移行直後の開催でしたので学術集会への参加を当日まで促したいと考え, 学術集会レジストレーションにおいて早期割引 (early bird) を無くしました. ところがこれが初日の組織委員のお弁当が無くなる事態に発展しようとは思いもしませんでした. 学術集会登録者数は最初の 6 週間は全く伸びず，9 月中旬以降に徐々に増えだすという状態でした. ランチョンセミナーのお弁当数は開催日のおよそ 2 週間前には数を発注しなければならず，村木久恵先生を“数が読めない”と悩ませてしまいました．その結果，立花直子先生を始め数名の方のお弁当が無くなり, 組織委員長講演の時間がランチタイムとなってしまいました. 学術集会レジストレーションはできれば開催 3 週間前までには行うよう会員に仕向ける必要があることを強く認識した次第です.

学会の“望ましい未来”にハイブリッド配信はどのような位置付けとなるのか，全ての学術集会にとって第5類移行後の共通の問題と思われます．過去大会において「他会場での講演が聴けない」という声があがっていましたので，今回“オンデマンド配信あり”とさせていただきました．実際オンデマンド配信を視聴された方々はほぼ全て現地参加された方ということがデータ上わかりました．「現地参加して会場でのディスカッションに加わっていただく」というISMSJ学術集会本来の意義は守られていたと考えております．

特別講演のアルメイダ先生には，成人OSAであれ小児であれAHI値や上気道容量を治療するのではなく，睡眠の質（長さ，消灯時間，規則性，効率性，満足度，日中注意力）そのものを治療することの大切さを新しいエビデンスとともに力強く解説してくれました．まさにISMSJ学会が目指す方向性と一致している講演であったと思います．

今回“うめきたエリア”の商業施設の発展はなぜか進んでいませんでしたが，ISMSJ大会を通じて施設の枠を超えて個々人の臨床・研究の発展へ繋がる機会となったのであれば組織委員長としてこれ以上の喜びはありません．本会会員の方々には純粋に疾患に関する病態を探究しきちんと学ぶ機会が与えられるべきと考えております．

最後になりましたが，今大会を盛会のうちに無事終えることができましたのも，ひとえに皆様方のご尽力のおかげであると心より感謝申し上げます．

第14回ISMSJ学術集会参加記

柴崎佳奈（要クリニック）

私は，2000年フジ・アールシー株式会社（現在：フィリップス株式会社）の検査技師一期生として，社会人生活をスタートしました．ちょうどその頃は，ICチップ付きのCPAPが発売になったこともあり，私たちの仕事といえば，PSG検査というよりも，CPAPの導入，導入に次ぐ導入の日々でした．とはいえ，帝人のRES MED社が市場を席捲する圧倒的なシェアを占めていた当時，なかなかレスピロニクス社製のCPAPを受け入れてもらうことは困難でした．そんな苦しい環境の中にあって，寛容性のある会社は，入社半年足らずの東京配属の私たち3名にスタンフォード大学の睡眠センターの研修の機会を与えてくれました．2週間の期間でしたが，その中で，Guilleminault先生の特別授業を受講させていただきました．フジ・アールシーには入社1年目から，手塩にかけて育てて頂いたこと，心から感謝しております．

このような経験からPSGに興味を持ち始め，CPAP導入の合間を縫っては，無理を申し上げて虎の門病院の川名さんのところでPSG検査の見学の機会を作っていただきました．そうした中，自分の気持ちの中で，営業ではなく，「やっぱり臨床がしたい！PSG検査がしたい！」と思いがメラメラと芽生えてきました．会社に異動希望を願い出て認められ，メーカー勤務から大宮呼吸器科クリニック（現・大宮内科クリニック）の検査室へ配属となりました．2003年からクリニックの睡眠検査技師として本格的なキャリアを始動させました．同クリニックにおいて，第14回ISMSJ組織委員長である鈴木雅明先生と出会いました．かれこれ20年，のちに現在の要クリニックへ誘っていただいたのも鈴木先生のご尽力によるもので，勝手ながら，鈴木先生と共に睡眠の世界を歩んできたと思っております．

ISMSJ学術集会は，2014年の第6回から参加させて頂いています．参加した方の熱量の多さは，今でも心に残っています．それまで睡眠学会しか参加していなかった私は，マイクの前に質問者が並ぶ，検査技師も進んで手を挙げている，ポスターセッションも一般演題と変わらぬ緊張感．聴講型の学会が一般的だと思っていましたが，運営側と参加者のコミュニケーションが密で，参加者が主体的に意見を出せるとても良い学会だと感じました．私が思う良い学会とは，ISMSJのMissionの定義そのものだと感じたものです．今回の第14回学術集会においても，討論会さながらのディスカッションが繰り広げられていました．特に私が印象に残ったセッションは，教育プログラムの【CPAP titration失敗例に学ぶ】でした．ともすれば，学会のセッションは症例報告や成功事例の発表が常ですが，今回は失敗例．うんうん，それあるある！でもそんなこと言えないしな．と，うなずくものばかり．常時監視によるCPAP titrationがゴールドスタンダードであるが，施設事情や勤務体系により完全なCPAP titrationが行えない例が取り扱われているには驚かされました．本来ならば隠したいことでも包み隠さず話すセッション．これがISMSJなのではないでしょうか．どこの施設も完全な検査が施行できる施設ばかりではないと思います．今まで完璧な検査がゴールだと思っていましたが，機械の選択や特

性を最大限に生かし，その施設内でできる範囲で試行錯誤し検査を全うすることが望ましいのだと気づかされました．

今回，鈴木先生から，学術集会のうぐいすガール（ガールは言い過ぎですね），懇親会の司会を仰せつかりました．こんな大役を私なんて... ましてや大阪は，完全なアウェイ... と不安でいっぱいでしたが，学術集会当日まで鈴木先生，事務局長である村木さんと念密な打ち合わせをして頂けて，この機会を与えて頂けたこと，とても感謝致します．懇親会に参加することは，私にとって，甚だ場違いで敷居が高く躊躇していました．それでも思い切って参加したことで，事務局長である村木さんとお話しすることができました．ほかにも以前発表されていた技師さんたちと話をすることもできました．今後どこかの学会に参加した際は，自らご挨拶させていただくことができるかもしれないという一歩踏み込んだ気持ちも湧いてきました．私にとってこの経験は，過去どの学会でも味わうことのできない充実した経験となりました．この場をお借りして関係者の皆様に感謝申し上げます．ありがとうございました．

睡眠医学若手奮戦記7
～アメリカの睡眠医学フェローシップ～

服部菜穂　Guam Regional Medical City（脳神経内科＋睡眠医学）

Håfa Adai！　ハファディはチャモロの言葉で，ハワイで言うアロハ的な挨拶です．

私はスリープフェローシップを終了後，今年の七月からグアムの Guam Regional Medical City で働いています．グアムは日本に一番近いアメリカです．日本との時差は一時間．なにより四時間かからずに到着です！ずっと家族と離れていた私にとって，どんなに忙しく疲れていても，毎月東京へ帰ることが今の楽しみでもあります．十六歳で単身海外へ飛び出し，早幾年……アメリカでの生活が長く，日本語の医学用語が拙いところもありますが，ご容赦いただけると幸いです．

私が専門としているのは脳神経内科，そして睡眠医学です．最近，当病院が，The Joint Commission（TJC）の Advanced Primary Stroke Center として認定されたこともあり，現在ビーチを楽しむ暇もないほど忙しいです．フェローの時のように不眠の患者さんに CBT-i のみの診察をする時間がとれないため，診察ではミニ CBT-i，主に Stimulus Control Therapy（刺激制限療法）を少しずつ取り入れるようにしています．

ここで私のフェロー時代のことをお話しさせていただきます．

私は，ロマリンダ大学病院の脳神経内科のレジデンシーを卒業後，同大学病院で少し指導医として働き，睡眠医学のフェローシップをノースカロライナ大学チャペルヒル校（UNC）で修了しました．

睡眠科の多くは内科や呼吸器内科に属しているものが多く，脳神経内科や精神科に属しているものもあります．UNC は脳神経内科でした．アメリカの多くのスリープのフェローシップはスタンフォード大学，ミシガン州立大学，ベイラー大学などの大きなところ以外は，一年にフェローが二人のこじんまりとしたものが多く，UNC のプログラムも私ともう一人のフェローのみでした．もう一人のフェローは精神科医で，仲良くラボで PSG を読んだり，ディスカッションをしたりしていました．専門が違うと，とても学びあえることが多く楽しかったです．おそらく日本と違うのは，一年のフェローシップの期間は睡眠医学だけに集中できるということです．

私たちは，月曜日に小児の睡眠の患者さんを診て，小児睡眠医学の指導医の二人のうちのどちらかにプレゼンします．そして一緒に患者さんを診察して，ディスカッションをしていました．脊髄性筋萎縮症（SMA）の患者さんもいらっしゃいました．

火曜日はフェローのクリニックで，自分たちそれぞれの患者さんを診察します．それから担当の指導医と話し合いますが，フェローシップの後半に入ってくると，ほぼ診断や治療を任されていました．限られた時間に数多くの診察をするうちに“気づき”を得ました．患者さんそれぞれが一人の表現者で，見識を深める上での道先案内人――．そ

写真１　同僚とのひととき（作者は黄色のスクラブ着ています）

写真２　グアム，タモン湾からの眺め

う考えると診察が楽しくなりました．

水曜日の午前中もクリニックがあり，睡眠時無呼吸症候群の治療において PAP やオーラルアプライアンス（口腔内装置）の他に舌下神経電気刺激療法（UAS 治療）を使用している患者さんを診ることもありました．耳鼻咽喉科医が入れたデバイスのフォローアップ，そして電圧の調整などもしていました．午後は PSG を読みます．

木曜日と金曜日は PSG を読み，講義で歯科や耳鼻咽喉科，心理学科などの色々な科の教授からレクチャーがあったり，ケースをプレゼンしたり，ジャーナルクラブでディスカッションをしたり，教科書にない学びを得られました．

当時のプログラムディレクターDr. Heidi Roth とは今でも連絡をとらせていただきますが，彼女は Duke-UNC のアルツハイマー病の研究機関のディレクターで，患者さんのケアや教育に熱心な方でした．彼女は妻としても母親としても忙しいはずですが，いつも朗らかで周囲を気遣ってくださいました．私も彼女のように肩の力を抜いて，息をするように自然体で生きていけたらいいな，と思います．

今年六月，APSS のスリープミーティング 2023 で認知機能障害と睡眠についてのポスター発表をした際，ISMSJ 創立代表の立花直子先生や，アメリカでお世話になっているスタンフォード大学の河合真先生ともお会いする機会をいただきました．お二人は睡眠医学の深い学識と豊富な教育経験をお持ちです．さらに，とても気さくなお人柄でお二人が会話していると，その場が明るくなり聞いている私まで楽しくなるのです．これからも先生方に学び，私も日本の睡眠医学に携わることができれば嬉しいです．

“You can’t pour from an empty cup.” 空っぽのカップから注ぐことはできない．

私たち医者は，患者さんや愛する人たちのケアに追われ，自分自身の心と体の健康を蔑ろにしてしまいがちです．あまり眠れなかった次の日に，患者さんに睡眠衛生の指導をする事ってありますよね．

――みなさんが健やかで幸せでありますように――

2024 年　睡眠に関係する学術大会など日程表

名　称	場所・会場	日　程
第64回日本呼吸器学会学術講演会	パシフィコ横浜ノース	2024年4月5日～7日
IPSA 2024, The 8th congress of International Pediatric Sleep Association	Glasgow, Scotland	April 26-28, 2024
第125回日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会	大阪国際会議場	2024年5月15日～18日
第66回日本小児神経学会学術集会	名古屋国際会議場	2024年5月30日～6月1日
第65回日本神経学会学術大会（合同開催：第19回アジア・オセアニア神経学会議）	東京国際フォーラム	2024年5月29日～6月1日
SLEEP 2024, the 38th Annual Meeting of the APSS	the George R. Brown Convention Center, Houston, USA	June 1-5, 2024
第120回日本精神神経学会学術総会	札幌コンベンションセンター/札幌市産業振興センター	2024年6月20日～22日
第18回パーキンソン病・運動障害疾患コングレス	ライトキューブ宇都宮	2024年7月11日～13日
日本睡眠学会第48回定期学術集会	パシフィコ横浜ノース	2024年7月18日～19日
第37回日本口腔・咽頭科学会	和歌山城ホール	2024年9月5日～6日
第56回日本小児呼吸器学会	浦安ブライトンホテル東京ベイ	2024年9月20日～21日
Sleep Europe 2024, The 27th Conference of the European Sleep Research Society	Seville, Spain	September 24-27, 2024
第15回ISMSJ学術集会	じゅうろくプラザ	2024年10月11日～12日
第54回日本臨床神経生理学会学術大会	札幌市内予定	2024年10月24日～26日
第23回日本睡眠歯科学会学術大会	徳島大学大塚講堂	2024年11月3日～4日
第31回日本時間生物学会学術大会	富山国際会議場	2024年11月16日～17日

★2023 年 11 月 20 日時点の情報をもとに作製しております．詳細は各団体の HP などで確認下さい．

第 15 回日本臨床睡眠医学会（ISMSJ）学術集会「睡眠医学を紡ぐ」

組 織 委 員 長：大倉　睦美（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）

副組織委員長：村木　久恵（朝日大学病院検査部・睡眠医療センター）

会　期：2024 年 10 月 11 日（金）～10 月 12 日（土）現地開催予定

会　場：じゅうろくプラザ（岐阜市，JR 岐阜駅直結）

特別講演：フランス Montpellier 大学教授　Dr. Yves Dauvilliers

特別講演は過眠症についてご講演をいただく予定です．

一般演題も症例報告を含め，初発表の方も大歓迎します．詳細はホームページで順次紹介させていただきます．