

## 睡眠・覚醒障害診療研修プログラム

### 1. 本プログラムについて

睡眠・覚醒障害診療研修プログラムは、総合診療専門医をはじめとする基本領域の専門医取得後に睡眠・覚醒障害臨床スキルを追加して取得することを目的とするプログラムです。睡眠・覚醒障害に関わる不眠・起床困難・日中の眠気などの症状は、広範囲の疾患群の多くの患者さんにおいて認められる症状です。しかし、この分野の総合的な研修は日本国内では限られた医療機関でしか実施されていません。総合診療専門医の追加スキルとして重要な領域であるため、長崎大学病院総合診療科内に睡眠・覚醒障害診療研究プログラムを創設致します。

本プログラムでは、基本診療領域の専門医として日常診療に従事しながらこの分野を研修する短期間のコースから、日本睡眠学会の専門医取得を目指すより専門的な2年間のコースまで、研修する医師のキャリア形成に合わせた柔軟なコースを準備しています。総合診療専門医を取得されている場合、プライマリ・ケアの診療を継続しながらこの分野の研修をすることが可能です。睡眠・覚醒の問題への基本的な臨床スキルを取得することにより、プライマリ・ケアの現場での臨床スキルの向上が期待されます。多くの先生方に本プログラムを御活用頂けましたら幸いです。

### 2. 到達目標（修得すべき知識・技能）

#### 2.1. 6ヵ月コース

- ① 睡眠・覚醒のメカニズムを説明できる。
- ② 睡眠・覚醒障害の分類を理解している。
- ③ 不眠症に対する認知行動療法と薬物療法を理解している。
- ④ CPAP装置を管理できる。
- ⑤ ポリソムノグラフィー（polysomnography: PSG）の検査、解析を経験する。
- ⑥ 睡眠・覚醒障害診療に必要とされる多職種連携を理解している。
- ⑦ 少なくとも1例症例報告する。

#### 2.2. 2年コース（6ヵ月コースに加えて）

- ① PAP療法の manual titration ができる。
- ② ポリソムノグラフィーが実施でき、解析ができる。
- ③ 睡眠・覚醒及び睡眠・覚醒障害に関する基礎又は臨床研究を計画立案・実施し、論文として発表する。
- ④ 日本睡眠学会の専門医を取得する。

※日本睡眠学会専門医取得のためには3年の学会員歴と2年間の専門医も元での研修が必須です。

### 3. 研修施設概要

睡眠・覚醒障害診療は長崎大学病院総合診療科で行っています。外来診療は週2日、火曜日と金曜日に終日行っています。多くの診療科からの院内紹介に加えて、県内各地の医療機関から御紹介頂いています。遠方から受診されている方の診療は、適宜オンライン診療を行っています。また、外来では不眠症に対する認知行動療法も行っています。小児から高齢者まで幅広い年齢層のすべての睡眠・覚醒障害診療を行っています。

入院検査は月曜日と木曜日に12階東病棟で実施しています。1夜に2件の検査を同時におこなっています（月約16件のPSGを実施）。夜間のPSGに加えて、日中の眠気を評価するための反復睡眠潜時検査は金曜日の朝から夕方までかけて実施しています。検査は臨床検査技師もしくは医師の監視下で行っています。CPAP療法などのPAP療法導入時には必要に応じて manual titration 行っています。