

令和元年 5月9日

e-OAスリーブ・スプリントを使用している患者さんからの手紙

「e-OA スリーブ・スプリント」と出会って。

10年ほど前に主人から、私が「いびきをかく」こと、それが「睡眠時無呼吸ではないか？」という事を指摘されました。それまでの私は、『私に限って「いびき」なんて！ 私は「いびき」とは無縁である』という、妙な自信がありました。しかし、主人から指摘を受けてからというもの、寝起き時や運転中の睡魔等々、「睡眠時無呼吸」に関する思い当たる節が思い浮かびました。

それからというもの、電車の中でうたた寝が出来なくなり、ましてや、友人との旅行等でも同室なんてあり得なくなってしまうました。

そんな「いびき」の恐怖から、私は、唇にテープを貼って口を開けないで眠る様になりました。

しばらくしてから雑誌で紹介のあった耳鼻咽喉科を受診。その結果、「鼻腔が狭いので、焼く」という処置を受けました。それでも、主人からは、「睡眠時無呼吸」を指摘され続けていました。

そして4年前、妹と一緒に布団を並べて寝た時に、翌朝、妹から「姉ちゃん、無呼吸がすごい！」と、主人と同じような指摘を受けました。

「すぐに病院を受診して！」と妹から言われ、私は意を決して、今度は、自宅近くの耳鼻咽喉科を受診し、大学病院を紹介され受診。

やはり「睡眠時無呼吸」である事、「マウスピースを使うことで軽減される」という事で治療を開始しました。

出来上がったマウスピースを使って眠った翌朝、痛みで顎関節が1mmも動かさず、唾が呑み込めず、口も開けられません。何とかしてマウスピースを取り出しても、話すことができません。水も飲めません。お昼近くになってようやく、物が食べられるようになります。

そして、マウスピースの調子を見るために再診。このような不快な症状を伝えると、「次第に慣れてくるから」と。しかし、毎朝、同じような症状で目覚める日々。次第に、このマウスピースを装着することが苦痛となり、自分の目の届くところからはいつの間にか消えてしまいました。

それから、3年経った今年の1月。

主人が「昨晚のいびきは、怖かった」と、私の「睡眠時無呼吸」の今の状態を話してくれました。『「いびき」を聞いている方は、生きた心地がしなかった。』とも話してくれました。そして主人が池尻先生の本を私に紹介してくれました。

「一回、相談に行ってみてくれないか」と、頼まれました。

「大阪だよ・・・」「交通費だってかかるよ」と言ったところ、『「無呼吸」をこの

ISASA国際睡眠時無呼吸アカデミー

いびき防止マウスピース、睡眠時無呼吸を防ぐスリーブ・スプリントにこだわる歯科医師の研修会

令和元年 5月9日

e-OAスリープ・スプリントを使用している患者さんからの手紙

まま繰り返して、死んでしまったらどうするんだ!』と、真剣な眼差しで私に訴えてきました。

『そんなに私の「いびき」は深刻なんだ・・・』と、自分のことながら、ようやくこの「いびき」が私の健康上かなりの問題である事に気が付きました。

そしてこの事について真剣に向き合いました。

意を決して、大阪の池尻歯科医院を受診しました。

池尻歯科医院での3回の受診は、私にとっては希望のあるものであり、とても楽しいものでした。池尻先生はじめ看護師の方の親切で分かりやすい説明に、私は自分のこれからは さらに「希望を持つ」事ができました。「自分の歯を生涯大切にしたい」という思いも出てきました。

初診からおよそ二ヶ月経った今、私は「e-OAスリープ・スプリント」を毎日使っています。この状況が信じられません。こんなにも早くに私の「睡眠時無呼吸」が改善されるなんて!

しかも、「e-OAスリープ・スプリント」を使用してみたら、起床時の眠気がありません。スッキリ目覚める事ができるのです。もちろん毎日装着していますが、最初こそ装着がうまくできないでいましたが、今ではすぐにできますし、使用中、使用後の顎関節や歯の痛みもありません。すぐに話す事もできます。食事もできます。

以前、「大学病院で作ったマウスピース」とは全然違うものあり、とても使いやすく、私の身体にとっても負担もなく楽なものです。これならば毎日装着できるし、続けられると思います。

今では、主人が『「睡眠時無呼吸」が「無くなった」、安心して眠られる』と言ってくれるのがとっても嬉しいです。

装着にも慣れてきて、簡単に出来ますので、ちょっとしたお出かけ、泊りがけ等にも必ず持参しています。

私自身の身体も楽になれたし、一緒にいる主人も喜んでくれて、私は今、とても幸せです。

この「e-OAスリープ・スプリント」に出会うまで紆余曲折はしましたが、こうして信頼のできる先生と看護師さんに出会えた事、毎日「e-OAスリープ・スプリント」を使用し快適な生活が出来る様になった事、に心から感謝したいと思います。

池尻先生と看護師さん、本当にどうもありがとうございます。

また、協力をしてくれた主人にも感謝をしたいと思います。

どうもありがとうございました。

令和元年 5月9日

ISASA国際睡眠時無呼吸アカデミー

いびき防止マウスピース、睡眠時無呼吸を防ぐスリープ・スプリントにこだわる歯科医師の研修会