

愛らしい容顏の生後六カ月の赤ちゃん。だが、眠りは「すやすや」とは程遠い。苦しげなあえき声とともに突如、泣き声を上げて目を覚ました。

扁桃腺肥大ならば摘出すれば症状が消えるが、「この瞬間、この子は呼吸が止まっていたんで、手術で症状が消えるが、それ以外の場合は、ネーザルCPAP（経鼻式持続陽圧呼吸療法）」という装置で緩和する。奥にマスクを当てて空気を送り、空気で内側から気道を広げる仕組みだ。

（OSAS）の一例だ。谷池助教の指導で、

狭い気道が睡眠時に舌根などでふさがれ、呼吸が止まる。子供の場合は扁桃腺・アデノイドの肥大や肥満に加え、あごの母の奇形などの先天的異常が多い。慢

大阪大学付属病院小児科

## 病気が克く、小児編

睡眠障害

入院時三、四だった体重が急速に回復している。発達を得られた。このことから、睡眠に乱れのある子供は、午前中に十分な光を浴びることが重要だと指摘する。

「子供の睡眠障害は多分野を横断しており、治療に広い視野が必要」との思いから、谷池助教は睡眠の重要性を啓発するNPO法人、OSHNの副理事長として専門家の情報交換を展開し、小児科の医師・看護師を対象に睡眠勉強会を開催している。

また、谷池助教は障がい児施設で二週間、室内で遊ぶ子供たちに日中の太陽光とほぼ同じ三千ルクスの光を当てる実験を試みた。すると、睡眠をコントロールする体内時計が再調整され、夜間に二時間続けて眠れなかった子供も睡眠時間が安定し、子供の言葉や身体

## 改善び浴光たりたげ道気

同病院では九月から第一、三水曜日の午後「睡眠外来」を始める。（山田桂子）