

2024年
10月3日号

自分でコントロールできないほどの眠気が日中に繰り返される…睡眠発作のナルコレプシー



ナルコレプシー
と感じたら…
相談にのります！

院長

▼ナルコレプシーに悩まされる…
前回、ナルコレプシーを話題にしたので、少し追加を。
ナルコレプシーを患いながら、医師の仕事をしている精神科ドクターのお話。
外科医を志していたものの、睡眠発作のために断念され、現職をされているそうです。特に困っているのが、情動発作。

▼突然の脱力感…
そして、問題点も…
強い衝動の後に突然脱力し、倒れてしまう。この衝動には笑うことも含まれているため、楽しい話、面白い話を避けなければならぬこと、とても辛いこと。さらに問題点も…
●受診につながりにくい(ただの怠け者だと、周りの人、本人ですら思っている)。
●適切な診断、治療を

ナルコレプシーの症状

ナルコレプシー

- ✓ 日中の強い眠気
- ✓ 気づいたら眠っている
- ✓ 大事な時に眠っている
- ✓ 大笑いしたら脱力
- ✓ 脱力のないタイプあり

●治療薬が高価で、処方できる資格を持つ医師が限られている。とのこと。
是非ともこの先生に患者さんを紹介したいなと思いましたが、秋田大学の先生でした。遠すぎるな…
▼まとめ
ナルコレプシーは明確な原因はまだ解明されていませんが、ストレスによる環境要因や自己免疫反応があげられます。日中によく寝てしまうなど、心当たりがある場合は、医師に相談することが大切です。

『おさかな料理紹介』



サバ料理いろいろ

■釣ったサバで5品！
釣ったサバをいただきました！ありがとうございます。卵を持っていたので、身の脂のノリほぼなし。それでも(アニサキスがいないかめつちや気にしながらの…)刺身。新鮮でうまい☆
2品目・3品目は：カレーフライと竜田揚げ！揚げ物は定番ですね♪フライはビールに合います。少し濃いめの味付けで、止ま



りません！

フライはみんなに人気です♪



煮つけかなりうまくできた☆

5品目は「サババーガー」。見た目美味しそうに完成できましたが：脂ないので、パサついてイマイチ。でも、いろんな料理ができて、楽しかった！☆



サババーガー



いろいろ楽しめる彩定食♪

【中馬病院周辺グルメ】

まごころ米亭

▼お惣菜メインですが定食もうまし♪

中馬病院から、徒歩で約11分。尼崎中央商店街近くにある、総菜がメインのお店「まごころ米亭」。店内はアットホームな食堂の雰囲気を出しています☆以前紹介した中華料理店「上海華苑」の近くにありまます。
同店のおススメは、「ローストビーフ丼」や「唐揚げ定食」がありますが、なんととっても自家製タルタルソースが絶品☆次回はトンカツにしようか、唐揚げにしようか、迷いますなあ(トンカツも有名です)。
惣菜もいろいろありますので、お持ち帰りしても楽しめますよ♪ご賞味あれ！

【まごころ米亭】
尼崎市神田中通4-164
営業時間 11時00分～15時00分
17時00分～19時00分
☎06-6415-7733
定休日 日曜

お弁当もありますよ☆

