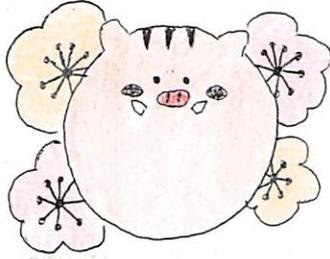


CPAP

だより 2019

1.2.3

月号



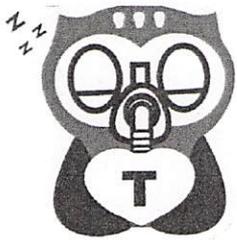
たかしま耳鼻咽喉科スリープセンター

健康保険でCPAPを使用する為には
月1回の受診が義務付けられています。
月内に受診が困難な場合には
電話にて必ずご連絡下さい。

TEL: 028 - 633 - 9115

寒さが厳しくなり、結露や冷気でCPAPの使いにくい時期に入ってきました。『2016・2017年のCPAPだより秋号』では6つの結露・冷気対策をお伝えさせていただきました。今回は、現在CPAPをお使いの患者さんから教えていただいた“**新しい結露対策**”をご紹介します。

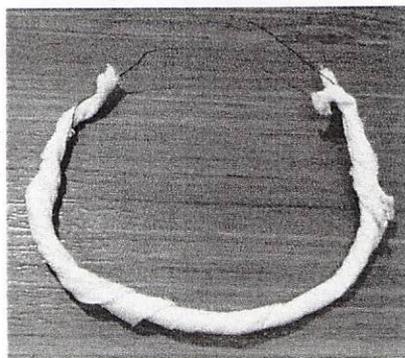
(なお、6つの結露・冷気対策も知りたい!という方は、睡眠スタッフまで)



結露対策として... マスク内にティッシュを入れるもティッシュがフサフサと顔に当たるため取り入れにくかった方! 必見です!!

新

『ティッシュ+針金をマスク内に入れる』



作り方は裏面に続きます...

★準備するもの：ティッシュ1枚、針金1本  

ホームセンターに“結束線”として100本約200円で売っています。

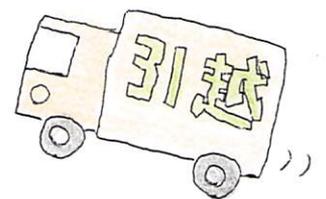
★手順

- ① ティッシュを半分に切り、針金に巻きつける
- ② ティッシュが外れないように針金をねじる
- ③ マスクの形に合わせて針金を形成する 
- ④ マスクに「③」を入れて、完成

★針金を用いることで、マスク内に入れたティッシュがCPAPの風で動いてしまうことを防いだり、マスクの形に合わせてティッシュを形成しやすく存ります！
マスク内にティッシュを入れることに抵抗があった方や初めて結露ができて悩まれている方、ぜひ試してみてください!! 

冬が終わると、“引越しシーズンの春”を迎えます!

『引越しして住所が変わった...』



『もしかすると転職するかも...』

このようなことがありましたら、睡眠スタッフに教えて下さい!
転院先をメーカーに依頼して、お探しします。

※転院には当院からの**紹介状**が必要となります。
作成には時間がかかりますので、お早目にお申し出下さい。