

睡眠中心通過專業機構認證 呼吸中止症嚴重影響健康，專業協助讓您睡個好覺

睡不好是現代人常見的問題，雙和醫院睡眠中心通過專業睡眠機構認證，藉由認證機制，提高專業服務，並與健康管理中心合作，推出睡眠健康檢查，期望提升民眾的睡眠品質。

專業睡眠機構認證是由台灣睡眠醫學學會舉辦。睡眠中心主任鄭定宇表示，接受評鑑是提升醫療品質的方式之一，藉由委員們提出的不同建議，可讓睡眠中心的服務達到最高標準，認證的機制也是品質的重要指標。

造成睡眠困擾的原因很多，雙和醫院睡眠中心採取跨科別的團隊治療，結合神經科、精神科、耳鼻喉科、胸腔內科與牙科等領域，可依患者的個別需求提供最適切的醫療。

本院睡眠中心有六部機器，其中三部是可移動式，除了提供接受睡眠檢查的患者使用外，還可視實際需求，移至病房進行檢查。

除了提供臨床診療服務，睡眠中心並與健康管理中心合作推出睡眠健康檢查。鄭定宇指出，睡眠佔三分之一的人生，但卻容易被忽略，事實上，睡眠品質與健康習習相關。

睡眠呼吸中止症可能增加腦血管、心血管疾病與代謝症候群的發生機率，有睡眠呼吸中止症的患者，其心血管疾病的罹患率是一般人的三至八倍之多。

睡眠問題日益受到重視，尤其睡眠呼吸中止症與健康更有密切的關聯性。鄭定宇建議中年以上、男性、肥胖、頸圍粗短、下巴內縮、有糖尿病、中風、心臟病、心臟衰竭病史者，接受睡眠檢查，因為具有這些危險因子者可能有二至八成會檢出睡眠呼吸中止症。一旦檢出即可給予適切治療，讓大家都可以好好睡個覺。

對於睡眠中心服務內容有任何疑慮，可撥打諮詢電話：(02)2249-0088轉70218、70213；或洽健康管理中心(02)2248-1911轉801~803。（文／臺北醫學大學·雙和醫院睡眠中心第145期）



【圖：睡眠檢查可以檢測睡眠狀況，協助改善。】