

睡眠の悩みをやわらげ カラダとココロの負担を減らす

睡眠障害外来 開設

睡眠障害外来は、睡眠に困られている方に対し精神的な視点を持ちながら睡眠障害の診断・治療を行う外来です。具体的には、夜眠れない（不眠症状）、朝起きられない（起床困難）、眠たくて仕事ができない（日中の過度な眠気）、夜間に異常な行動をとる（睡眠時随伴症）といった症状をお持ちの方を診察しています。睡眠に悩みがあるとカラダだけでなくココロの負担も大きくなります。当外来は睡眠障害を専門とした医師がココロの負担を支えながら、必要に応じて睡眠検査を行っている専門施設と連携できる四国内では数少ない外来です。お困りの方がいらっしゃいましたらぜひご相談ください。

外来の内容

睡眠にお悩みの方からお話をお聞きし、その中で詳しい睡眠検査が必要な方については私がふだん勤務している愛媛大学医学部附属病院 睡眠医療センターへ紹介の上、対応させていただきます。そして睡眠で困られている背景にココロの苦しさを持たれている方の受け皿になりたいと思っております。その他、不眠に対する認知行動療法（通称CBT-I）や漢方治療も必要に応じてご提案いたします。

新任医師 紹介



医師 **兵頭 佑規** ひょうどう ゆうき

- 専門分野
精神疾患全般、睡眠障害
- 専門医・認定医
日本精神神経学会 専門医/指導医

予 約

月～金 8:30～17:30

地域医療介護連携課
お問い合わせ電話番号

0896-29-5704

外来診療担当表

	午前
月	兵頭
火	-
水	-
木	-
金	-
土	-