

CPAP オンライン診療の手引き

令和6年度より、情報通信機器を用いた疾病管理のひとつとして、睡眠時無呼吸症候群に対する経鼻的持続陽圧呼吸療法（Continuous positive airway pressure：以降、CPAP）を行うにあたりオンライン診療が利用できるようになった。生活習慣の悪化や治療からの離脱リスクを減らすための細やかな診療が可能となり、患者にとっての利便性が高まる一方で、オンライン診療を簡便な診療であると思わせることになってしまうと、「疾患自体が軽症であり、生活習慣が不良な側に寄っても問題は無い」と誤解を誘導する恐れもある。適切な形でオンライン診療を活用していただきたく、CPAPのオンライン診療にあたり手引きを作成した。

2022年4月に医学会連合が公開した『オンライン診療による継続診療が可能な疾患／病態』には、症状が安定している「睡眠時無呼吸症候群」がオンライン診療の対象として挙げられている。2023年12月に当学会から示した指針にあるように、CPAPのオンライン診療は以下の条件の下で行うべきであると考えます。

- ・睡眠時無呼吸症候群の診断が確実であること
- ・CPAP療法を開始したことにより睡眠時無呼吸症候群の症状である眠気やイビキなどの症状が改善していること
- ・通常の対面診療で確認するCPAP管理に係るデータについて、情報通信機器を用いた診療（オンライン診療）においても確認すること
- ・睡眠時無呼吸症候群に合併する身体疾患管理の必要性に応じて対面診療を適切に組み合わせること

具体的な運用として、睡眠時無呼吸症候群の診断が確実であり、CPAPによる症状の改善およびCPAPの使用状況に問題がないことを確認した上で初めてオンライン診療に切り替えることが選択肢となる。すでにかかりつけ医として医師患者関係が構築されている場合においても、これまで診療を行っていた疾患とは別に睡眠時無呼吸症候群の治療を行うにあたっては、治療開始当初からオンライン診療を行うことは不適切である。

オンライン診療は主にかかりつけ医のもとで行われるものであるため、必ずしも睡眠医療を専門とする医師が管理するわけではないことが想定され、CPAPの専門知識が不足する場合、専門的施設の支援を得ることが望ましい。専門的施設との連携では、診療情報や治療方針の共有が有益であり、オンライン診療を計画するにあたって患者にも専門的スキルや専門的診療との連携などを知らせて、オンライン診療が安全に続けられることを説明することが望まれる。

オンライン診療においても、通常の対面診療で確認するCPAP管理に係るデータについては、オンライン上で確認できる体制が望ましい。具体的にはCPAPの使用日数、使用時間などを含む使用状況を確認し、日中の生活に支障のない十分な睡眠時間が確保できているかどうかを評価する。マスクが適切に装着できているかどうかを示すリークの推移、治療のための設定が適切であるかどうかを示す治療効果の指標（AHIなど）も確認した上で、眠気やイ

ビキなどの症状が改善していることを確認する。また、睡眠時無呼吸症候群に合併しやすい肥満や高血圧などの生活習慣病についても適切に管理することが求められるため、体重の推移、血圧の推移なども必要に応じて確認し、生活指導を行うことが望まれる。

診療を行う間隔は原則として1ヶ月に1回であり、診療間隔が延長することでアドヒアランスが低下することも知られているが、アドヒアランスが良好である場合などには2ヶ月に1回、3ヶ月に1回とすることも可能である。診療を対面で行うのが難しい場合に、オンライン診療を活用して適切な診療間隔を維持できるメリットは大きいと予想される。

オンライン診療を開始した後もCPAPの使用状況や合併する身体疾患についてなど何らかの疑念が生じる場合には、速やかに対面診療に切り替えることを、CPAPのオンライン診療を継続する際には遵守してもらいたい。対面診療を組み合わせるタイミングについては、オンラインからの指導による行動変容の効果が持続する期間を考慮して決定する必要がある。しかし、行動変容の持続期間や行動変容を有効に喚起する手法、逆に治療からの脱落を招きやすい指導などに関するエビデンスは少ない。行動変容の効果が持続しているか慎重にモニタリングすべきである。生活習慣の悪化の兆候があれば、受診勧奨して対面診療を行うことが行動変容の改善を招くと考えられる。対面診療の間隔を明確に決めたいが、睡眠時無呼吸症候群に合併する身体疾患管理の必要性に応じて対面診療を適切に組み合わせることが求められており、医学会連合が各合併疾患について示している半年～1年の対面診療間隔を越えるのは生活習慣や身体疾患の管理、CPAPの機器管理状況を含めて悪化リスクを高めることが懸念される。個々の患者の状態を評価して、この期間より短い間隔での対面診療が必要な場合もある。

オンライン診療によるCPAPの管理については、これからの活用実績に基づいて運用を修正する必要も生じ得ると予想される。本手引きについても随時改定を行う予定である。オンライン診療の指針を遵守し、適切な形で利用される限りにおいては大きな利益を享受できる可能性があるため、各医療機関における適切な利活用が望まれる。