

整形外科・倉医師の外来が始まります

8月2日(水)より、整形外科・倉医師の外来診療を開始いたします。

(外来日):毎週水曜日

(受付時間):【午前】9:00~12:00 【午後】13:00~15:00

(専門):上肢・関節外科



整形外科の受診は予約制となります。

受診を希望される方は必ず電話(0146-42-0701)にてお申し込みください。

北海道にも梅雨はある?

梅雨明けの猛暑に注意しましょう

北海道は梅雨前線の影響を受けにくいはずだった

梅雨を起こす梅雨前線は、北海道にあるオホーツク海高気圧と、南側にある太平洋高気圧の間にできます。この二つの気圧の強さはほぼ互角であり、北海道まで移動してくることはめったにありません。したがって、北海道には梅雨がないと言われてきました。しかし、近年では梅雨前線が勢力を保ったまま北海道へ到達することがあり、梅雨のようなものが北海道でも見られるようになってきています。

梅雨が明けると暑い日が続く

梅雨が明ける時というのは、暑い空気が勝っている状態なので梅雨明けはしばらく非常に暑い日が続きます。北海道においても、最近はこの傾向が見られるようになってきており、注意が必要です。



Inkar -インカラ- vol.49



- TOPICS -

院長の独り言
夏の暑さと睡眠時無呼吸症候群
整形外科のお知らせ
北海道にも梅雨はある?

熱中症に注意して、こまめに水分補給をしましょう。

医療法人 徳洲会 日高德洲会病院

〒056-0005 北海道日高郡新ひだか町静内こうせい町1丁目10番27号

☎ 0146-42-0701

院長の独り言

生成AIの解決しなければならない問題点

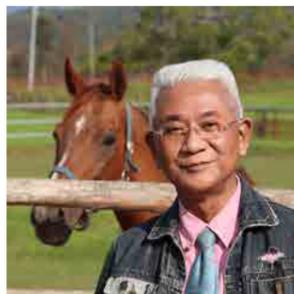
5月号と6月号では生成AIの紹介と今後の可能性について書かせていただきました。しかし、生成AIはまだ産まれたばかりであり、解決しなければならない問題点もあるはずです。そこで、Bardに『生成AIの問題点を教えてください』と聞いてみました。生成AIの回答は『』で示します。

『生成AIは、テキスト、画像、音声、動画など、さまざまなコンテンツを自動的に生成できる人工知能です。近年、生成AIは急速に進歩しており、さまざまな分野で活用されています。しかし、生成AIには、いくつかの問題点もあります。』



『生成AIの問題点の1つは、情報の正確性が保証されていないことです。生成AIは、大量のデータを学習してコンテンツを生成しますが、そのデータに誤りがあれば、生成されるコンテンツにも誤りが含まれる可能性があります。そのため、生成AIによって生成されたコンテンツは、必ずしも正確であるとは限りません。』

たとえばGoogleのBardは、Googleに書かれている情報から適当なものをピックアップしますが、その情報が正しいかどうかを判定することはできません。内容の正確さについては使う人が常に目を光らせる必要があります。



『生成AIの問題点の2つは、犯罪を助長する恐れがあることです。生成AIは、偽のニュース記事や偽の映像などを生成することができます。このようなコンテンツは、人々の混乱や不安を煽り、社会に悪影響を及ぼす可能性があります。そのため、生成AIは、慎重に使用する必要があります。』

どんな新しい技術でも、悪いことに使おうとすれば使えますし、世の中には必ず悪用する人がいます。それをどうやって防ぐかは重要な問題です。

「生成AIの問題点の3つは、法律や規定の整備が必要になることです。生成AIは、さまざまな分野で活用されることが予想されますが、その際には、法律や規定の整備が必要になる場合があります。例えば、生成AIによって生成されたコンテンツの著作権問題や、生成AIが悪用された場合の責任の所在などです。」

すでに先進国では規制について検討が始まっています。しかし、その規制がAIの健全な発展を妨げるものにならないことを期待します。



私たちと一緒に新病院で働きませんか？

ホームページに求人情報掲載中



夏の暑さと睡眠時無呼吸症候群

暑さで寝苦しい夏ですが、寝苦しさの原因は暑さだけではないかもしれません。



2021年には熱帯夜も

昨年8月の札幌地方の平均気温は22.7℃でした。東京が27.5℃だったので、同じ日本とはいえ、4.8℃もの差があり、北海道は比較的、快適で過ごしやすい地域と言えるでしょう。しかしながら、2021年には札幌でも3日間の熱帯夜を記録しており、北海道だからといって暑さを甘く見るのはとても危険です。

エアコン普及率は4割

東京の場合だと、エアコンの普及率は9割を超えていますので、熱帯夜のような気温が25.0℃を超える夜には、エアコンを上手に使って暑さをしのぐという方法が一般的かもしれません。しかし、北海道の場合はエアコンの普及率は4割程度にとどまっており、暑くても我慢して寝ざるを得ないという家庭が多くなっています。

北海道はクーラー普及率が4割と低く、熱帯夜への耐性が低くなっています



暑さで寝苦しいと寝つきが悪くなってしまうばかりか、夜中に何度も目が覚めたり、思うように疲れが取れないまま朝を迎えてしまったという経験もあるのではないのでしょうか。しかし、その寝苦しさの原因は暑さだけではなく、睡眠時無呼吸症候群が関係しているかもしれません。

睡眠時無呼吸症候群による疲れ

睡眠時無呼吸症候群とは、文字通り睡眠中に呼吸が止まるということを繰り返す病気です。睡眠中に呼吸が止まると、低酸素状態や自律神経の乱れを引き起こし、頭痛や日中の眠気、集中力の低下など様々な症状が現れます。睡眠時無呼吸症候群の方は、自分では気付いていなくても、毎晩寝苦しい夜を過ごしています。そこに寝苦しい暑さが加わる夏は、どの季節よりも眠りが浅くなり、熟眠感の欠如、日中の眠気が出現しやすい危険な季節だと言われています。

治療することができます

睡眠時無呼吸症候群の原因は、空気の通り道である上気道が物理的に狭くなり、呼吸が止まってしまうことや、呼吸中枢の異常によるものです。世間的には太っていたり、お酒を多く飲む人がかかるものと思われがちですが、実際には花粉症などのアレルギー疾患にかかっている鼻が詰まりやすい人や、あごが小さい人などもかかりやすいと言われています。治療法として、多くあげられるのはCPAP療法という方法で、睡眠時に専用の治療機器を用いて一定の圧力かける方法です。症状が軽い場合にはマウスピースを着用するだけで改善が認められる場合もあります。気になる症状がある方は、一度受診の上、ご相談ください。

