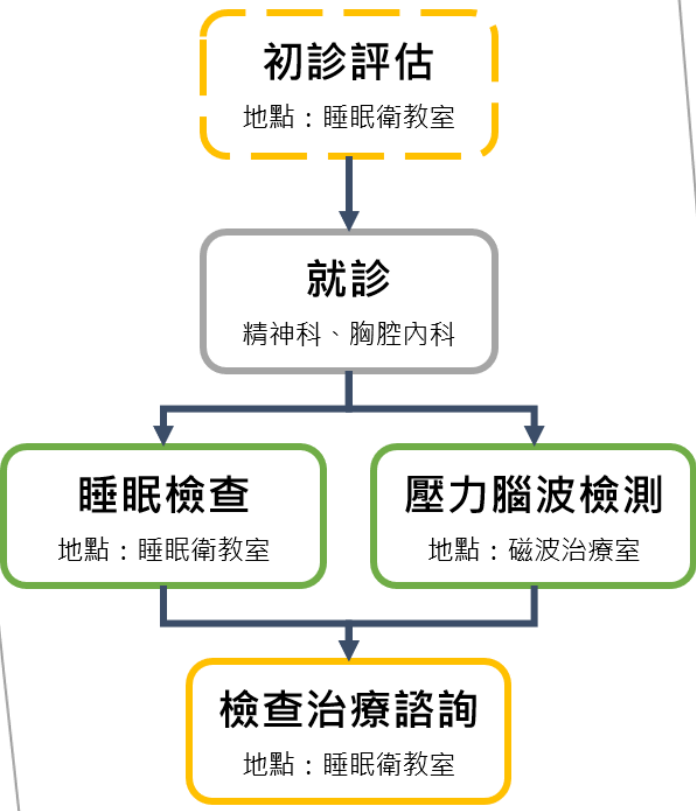


# 就診流程

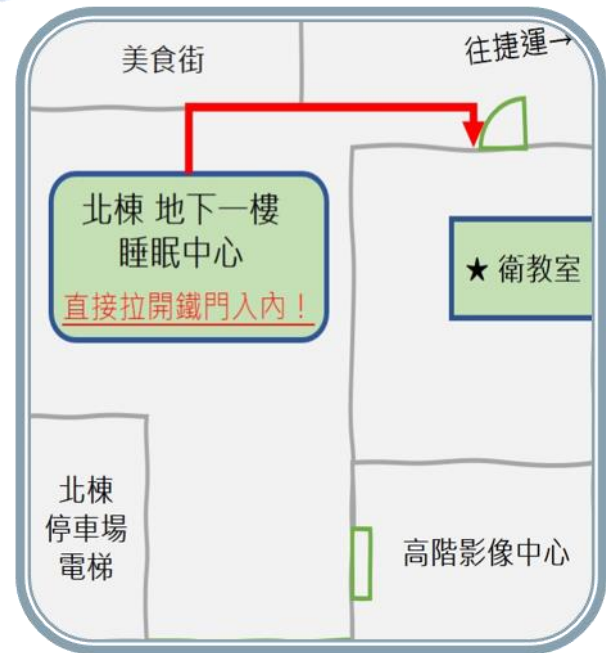


編印單位: 胸腔內科睡眠中心  
編印日期: 2023年06月01日第一版  
全院編碼: 亞東醫院出版品SH852  
宗旨: 持續提升醫療品質  
善盡社會醫療責任  
願景: 成為民眾首選的醫學中心

還有滿滿的疑惑嗎？

睡眠衛教室

歡迎您~



## 睡眠障礙 整合門診

你有「好好」睡覺嗎？  
冬眠才不覺曉？其實四季都沒睡飽  
還是夜來風雨聲，獨自數著落花有多少

諮詢時間

週(一)~(五) 08:30-17:00

諮詢專線

(02)7728-1551  
0989-048-382



- 檢查排程
- 治療追蹤
- 科別轉介
- 衛教&評估



# 檢查



## 睡眠檢查

睡著了？沒睡著？睡著後，身體瞞著你做了什麼？而且叫醒你的不是鬧鐘，可能是**睡眠呼吸中止症**！

執行科別：胸腔內科  
地點：睡眠衛教室



睡眠檢查更多詳細介紹→



## AI輔助 壓力腦波檢測

你的**失眠**是大腦想警告什麼？把腦波翻譯給你聽！

執行科別：精神科  
地點：磁波治療室



腦波檢測更多詳細介紹→

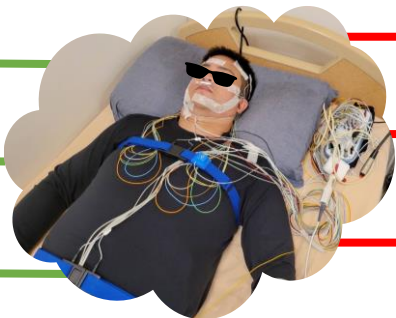
### 在醫院做...

檢測頻道完整

健保

量測

『睡眠缺氧債』



穿戴線路多

待檢時間 >2個月

陌生環境影響多

### 在家裡做...

操作容易

待檢時間 1-2日

熟悉環境 低干擾



針對

呼吸中止、夜間缺氧  
(準確度與在檢查室受檢相當)

自費

穿戴異物感低

# 治療



## 失眠認知行為治療

改變不良習慣與信念，為慢性失眠第一線療法，與藥物有同等效用；治療結束後，效果維持時間長；可幫助減量、擺脫安眠藥。

地點：精神科診間  
療程：6-8週



## 經顱微電流刺激療法

利用微電流通過，改變大腦異常電波，促進大腦分泌控制『失眠、焦慮、憂鬱、疼痛』相關的激素與神經傳導物質。

地點：磁波治療室  
療程：20-40分/次，約需8~10次

## 高壓氧治療

在1.5個絕對大氣壓壓力的環境下，經由面罩間歇性吸入100%純氧的治療，對神經系統具調節作用，改善睡眠品質！

地點：高壓氧中心  
療程：75分/次，3-5週，約需5-10次



↑高壓氧  
更多詳細介紹



## 保健食品

**褪黑激素**：調節生理時鐘、穩定睡眠規律的激素，藉由口服增加體內濃度，幫助入睡。

**魚油**：Omega-3脂肪酸，包含DHA+EPA，促進生成褪黑激素，改善失眠。

科別：精神科  
地點：門診藥局

