

2024年2月8日
Dクリニック東京ウェルネス

井坂医師監修の記事公開のお知らせ

【美容・医療のなるほどメディア Hit the Knee】

「睡眠障害のチェックリスト | 不眠症の原因や検査を受けるべき症状も解説」

当院の睡眠専門医である井坂奈央医師が監修した【美容・医療のなるほどメディア Hit the Knee】「睡眠障害のチェックリスト | 不眠症の原因や検査を受けるべき症状も解説」が公開いたします。

睡眠障害のセルフチェックから、すぐに病院を受診したほうが良い症状、不眠症の対策方法など、日常生活で取り入れやすいアドバイスをしています。

睡眠にお悩みの方、質のいい睡眠を取りたい方は是非ご覧ください。

・サイト

<https://medical.jiji.com/hittheknee/sleeping-disorder-check/>

・医師名

井坂 奈央 (いさか なお)

・認定資格

日本睡眠学会専門医 / 耳鼻咽喉科専門医

【当院へのお問い合わせ】

Dクリニック東京ウェルネス

TEL : 03-6665-0502

〒100-6210

東京都千代田区丸の内1-11-1 パシフィックセンチュリープレイス丸の内10F