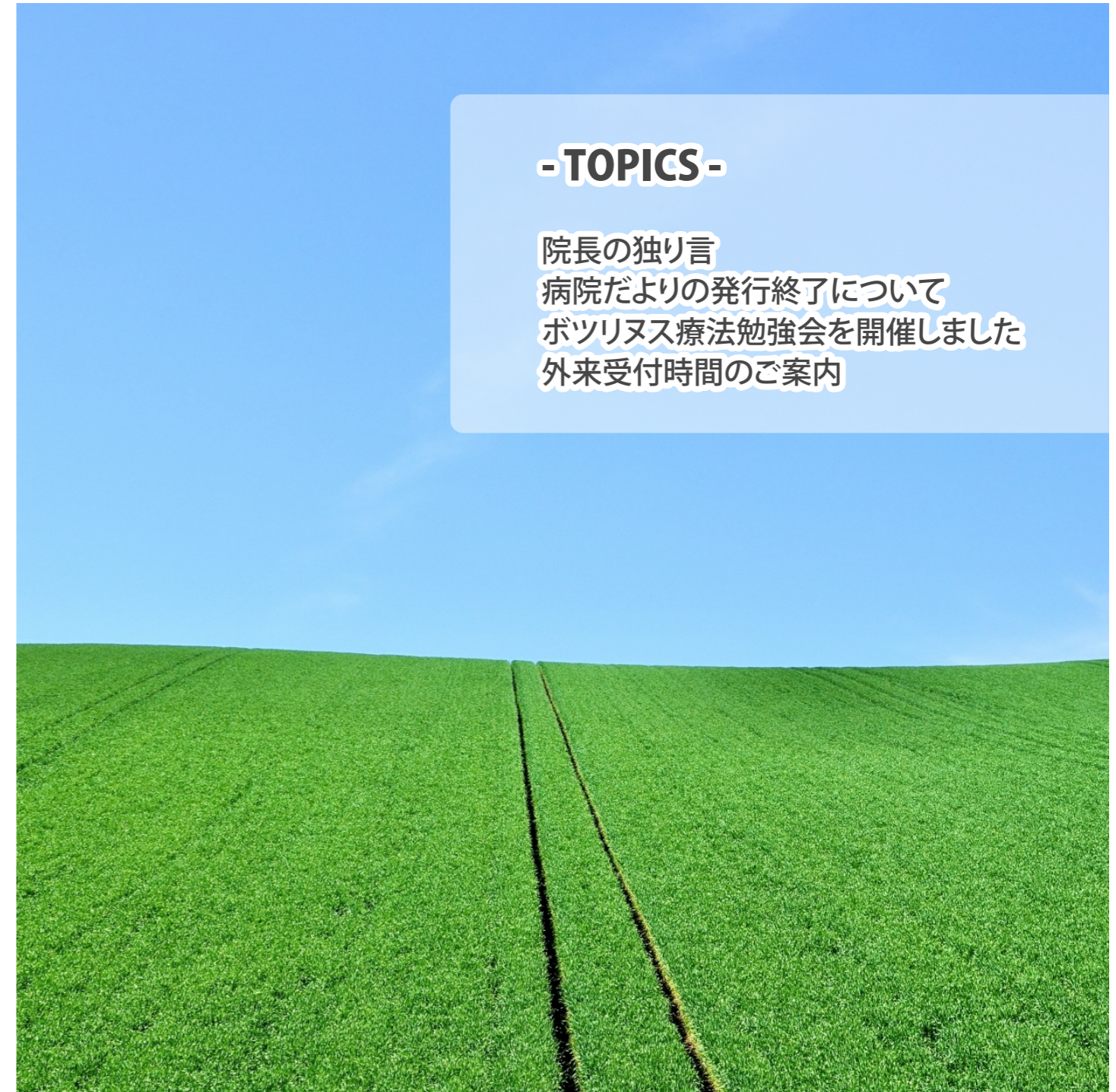


Inkar - インカラ - vol.59

-TOPICS-

院長の独り言
 病院だよりの発行終了について
 ボツリヌス療法勉強会を開催しました
 外来受付時間のご案内



 医療法人 徳洲会 日高徳洲会病院

〒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

診療科	午前診	午後診	夜診
漢方内科	【月・水曜日】井齋医師 【火・木曜日】巢山医師 8:00～12:00		【月曜日】井齋医師 【13日火曜日】井齋医師 【木曜日】巢山医師 16:30～19:00
内科	【月～土曜日】 8:00～12:00		【月・木曜日】 【13日火曜日】 16:30～19:00
小児科	【月～金曜日】 8:00～12:00	【月～木曜日】 13:00～16:00	【月・木曜日】 【13日火曜日】 16:30～19:00
循環器内科	【土曜日】札幌東医師 8:00～11:00	【火曜日】上原医師 13:00～16:00 【金曜日】札幌東医師 11:00～16:00	金曜日・午後診の 受付時間が変更になりました ご注意ください
整形外科	【1・15日木曜日】富田医師 【8・22・29日木曜日】本家医師 8:00～11:00	【1・15日木曜日】富田医師 12:30～14:00 【8・22・29日木曜日】本家医師 12:30～14:30	予約制です 電話にて予約をお願いします
脳神経外科	【14・21日水曜日】 村上医師 8:00～12:00	【14・21日水曜日】 村上医師 13:00～15:30	
泌尿器科	【金曜日】太田医師 8:00～11:00	【金曜日】太田医師 12:30～14:30	
リハビリテーション科	【火曜日】 8:00～12:00	【火曜日】 13:30～16:00 午後は完全予約制です	

- ・ 外科外来は休診です。必要に応じて漢方内科にて対応を行います。
- ・ 6月より午後もリハビリテーション科の診察を行います。
完全予約制となりますのでご注意ください。

院長の独り言

「ちょっといいですか」症候群

私が少し気にし過ぎているのかもしれませんが、最近上司に対して「ちょっといいですか」、部下に対して「ちょっといいかい」、クライアントに対して「少しよろしいでしょうか」という言葉をよく耳にします。誰かに話しかけようとしている人は無意識にこの言葉を使っていると思いますが、このように声をかけられた方は「私が今何をしているところなのかが分からないのか」とか「この忙しいときに」とか「またか.....」というように不愉快な感情を持つことが多いのです。つまり、「ちょっといいですか」という言葉では、相手に対してどのような背景の話なのか、

何の目的があるのか、どのくらいの時間が必要なのか、相手に何を期待しているのかが全く分からないのです。

「ちょっといいですか」症候群が職場に蔓延することによって、時間が浪費され、活力が失われ、仕事が停滞する可能性もあり得ます。ハーバー・ビジネス・オンライン（山口博氏）によりますと、この「ちょっといいですか」症候群は、あるスキルをセルフトレーニングすること

で改善でき、その結果、部下や上司やクライアントから、疎まれることなく「いつも話が分かりやすい」「いつも相手のことを配慮してくれる」「話のレベルが高い」という印象を持たれるようになります。そのスキルとはBIGPRで表されます。B=background（背景）、I=introduction（自己紹介）、G=goal（目的）、P=period（時間）、R=role（相手に期待する役割）を一言で伝えることです。もちろんよく知っている職場の同僚であれば自己紹介は省略します。例をあげますと「昨日の会議の結果を踏まえて（背景）、明日の会議の資料の確認を頂きたく（目的）、5分ほど時間を頂いて（時間配分）、助言を頂けませんか（相手に期待する役割）となります。これを「ちょっといいですか」という代わりに、あるいは「ちょっといいですか」と言って「何の用だ」と言われる前に相手に伝えることが非常に重要です。聞き手にとっては、この背景と目的で、この時間が必要で、自分にして欲しいことがはっきりするので、「話を聞こう」という気持ちが高まります。このスキルは、一対一の対話でも有効ですし、電話でも、一対多数のコミュニケーションの場面でも効力を発揮します。是非お試しください。



是非お試しください。



病院へ通院ができない
自宅での生活に不安がある
自宅で医療機器を使用しながら生活している

当院から3km以内
対応可能です！



お悩みの方は訪問看護室へご相談ください！

病院だよりの発行終了について

8月より広報誌はInkarへ一本化します

当院では毎月、広報誌を二冊発行し病院だよりは外来案内を、Inkarでは院内の情報をお届けしてきましたが、7月をもって病院だよりの発行を終了させていただくこととなりました。

今後、広報誌はInkarへ一本化し、外来案内もこちらにて案内させていただきます。今まで以上に充実した広報誌を目指して参りますので、ご理解のほどお願い申し上げます。



リハビリテーション科

ボツリヌス療法勉強会を開催しました

7月3日に当院4階リハビリテーション室にてボツリヌス療法の勉強会を開催いたしました。ボツリヌス療法とは、筋肉の緊張をやわらげるボツリヌストキシンを有効成分とした薬を筋肉内に注射する治療法で、脳卒中や脊髄損傷に由来する痙縮(けいしゆく)などに対して医療保険の適応が認められています。

痙縮とは、運動障害の一つです。健康な方は、脳や脊髄から『筋肉を収縮させる指令』と『筋肉を緩ませる指令』がバランスよく体に伝わることで、スムーズに体を動かすことができますが、痙縮の患者さまでは指令のバランスが崩れてしまい、『筋肉を緩ませる指令』が弱くなった結果、自分の意思とは関係なく筋肉が収縮し、関節が固くなってしまいます。

痙縮によって歩きづらさや
着替えにくさを感じたり、
爪が手のひらに食い込んで
しまうなどの悩みがあります



ボツリヌス療法によって筋肉の緊張がやわらぐことにより、日常生活動作が行いやすくなる、痙縮による痛みが軽減する、リハビリテーションが行いやすくなるなど様々な効果があります。

勉強会ではスライドを用いた説明のほか、杉医師による実演も交えての説明行いました。リハビリテーションスタッフはもちろん、地域のケアマネージャーの方々など多くの方に参加いただき、皆さんとても真剣な表情で食い入るように見られていた姿が印象的でした。ボツリヌス療法の適応かどうか、自分で判断できないという方や、痙縮によって生活に支障を感じられている方は、当院リハビリテーション外来へご相談ください。

