

ご近所のお医者さん

□
733
□

なんばくろとび 黒飛俊哉さん ー大阪市中央区
ハートクリニック院長

不安をなくす診療へ

日々、クリニックで不整脈を中心とした循環器疾患の患者さんを診ていると、症状には心の状態も深く影響しているのだと感じさせられています。動悸▽息切れ▽ふらつき——といった症状を訴える

必要なケースは半分にも満たないかもしれない。同じ不整脈を抱えていても、症状の感じ方はさまざまです。そこに光を当て過ぎるあまり、「気になって仕方がない」と感じる方がいらっ

光を当て、前向きに憂えたたえることも症状の改善に有効だと考えます。
また、「なんとなく体調が悪い」「なんとなくすっきりしない」というモヤモヤとした不安が、体の不調を助長している可能性もありそうです。それらを解消するためにも、患者さんと一緒に「何が原因で問題なのか」とその理由を明確にしていく作業が必要なのではないでしょうか。

心にポジティブな光を

はつきり
と言葉にす
ることで心

方が多く、不調があれば、まずはきっちりと検査を受けていただくことが大切です。

しかし、検査をしても異常が見つからないこともよくあり、実際に治療が

しゃいます。一方で、「全く気にならない」という方や、「言われてみると」という方も。

のモヤが少しは晴れ、気持ち軽くなりそうです。たとえ病気であっても、少しでもよいところを見つけ、「それでも頑張っているね」と声をかけ合える元気な光ある診療でありたいものです。



私たち医師は「どこが悪いところはありませんか？」と尋ねることが多いですが、それは無意識のうちにネガティブな部分に光を当ててしまう行為なのかもしれません。「重大な異常でなくてよかった」「生活改善に取り組んでいる」といったポジティブなことにも

ポジティブなことに光を当てる習慣は、病気の改善だけでなく、その人が日々を機嫌よく生きるための大切な礎になるでしょう。