

こさか家庭医療クリニック

二
ユ
ース

4月号

4月は新入学、新入職があつたり、異動があつたりと環境が変わるのが多いときです。新しい環境で心機一転がんばろう！と意気込んでいらっしゃる方もいれば、新しい環境にうまくないじめるだろうかと不安に思つておられる方もいます。私は私の仕事をただ淡々とするのみと考へておられるのみと考へておられる方はこれからお話しすることにはあまり関係はないかもしれません。期待に胸ふくらませておられる人や不安に思つておられる人は新しい環境で大きなストレスを抱えてしまつかもしません。もつと樂に過ごすためにあるいは、もつと期待通りの成果をあげるために必要なことをこれからお話しします。では例をあげてお話しします。



4月は新入学、新入職があり、異動がある環境が変わる方が多いときです。新しい環境で心機一転がんばろう！と意気込んでいらっしゃる方もいれば、新しい環境にうまくなじめるだろうかと不安に思っている方もいます。私は私の仕事をただ淡々とするのみと考えている方はこれからお話しすることにはあまり関係はないかもしれません

新しい看板を作り、広告をだし、新たにホームページも作りました。さあ、頑張ろうと意気込んで診療を開始しましたが、実際のところ、人件費、家賃などもちろんの経費を払い、以前の給料の感覚で生活しているとどんどん預金がなくなっていました。このままではまずいと考えたKさんはどのようにすれば、収入を増やせられるかを考えました。いきついた答えが、当直のアルバイトをすること、訪問診療を増やすということ

困る状況に陥つてしましました。Kさんは預金を見て、へつてきていることを確認しました。預金が減つていて、いうことが事実です。このままでいいないと考えることは事実ではなく、憶測です。ここに伴う感情は不安でした。事実を認め、それを優しく包み込みます。あなたに起きた感情や思考、あるいは痛みはあなたにもつと大切なことを教えようとしているのです。それに気づき感謝してください。

でした。週1回の病院当直のアルバイトで生活費を捻出でかかるようになりました。そのうち、当直先の病院から訪問診療の紹介が増えたり、勉強会に参加することで顔が広まり、紹介してもらう患者さんが増えてきました。だんだんと当直のアルバイトは厳しくなってきましたが、1年後には収入が勤務医のころよりも増えました。

さて、ここから何を学ぶかです。それはありのままの事実を認めることが大切です。そこに評価や憶測はいりません。Kさんはやる気に満ちていたものの、現実には生活に困る状況に陥ってしましました。Kさんは預金を見て、

事実はなんなのか？自分の感情はどうなのかな？どんなふうに自分は考えているのか？そのことが自分に教えようとしている大切なことは一体何なのか？そして、自分はどのような状態になりたいのか？理想の状態を詳しくイメージする。そして何をすべきなのか？そのためにはすぐできることは何か？そして、すべきことをただ行うのです。

新生活を迎えた方が素敵な環境とお仲間に恵まれることをお祈りしています。

患者様の声

当院では患者様の声を集めておりま
す。患者様の喜びの声を聴く事ほど
私たちの仕事にやりがいと情熱を与
えてくれるものはありません。いい
こと・悪い事どんなことでも結構で
す。是非、あなた様のお声をお聞か
せください。

受付にはがきをご用意しております
ので、是非、皆様のお声をお聞かせ
ください。



院長のひとこと

わたくしごとではございますが、
3月1日に第一子となる娘が産まれ
ました。多くの方に助けられ、無事
に育つております。

子育てに関しても勉強はしてきて
いたつもりですが、いざ我がことと
なると、難しいものですね。

これからも応援よろしくお願ひ申
し上げます。

安心！お家で医療」訪問診療の「案内」

お体が不自由になつてきて、この先もお薬など治療が必要だけれども、一人では通院が大変になつてきている方はいらっしゃいませんか？

私たち、こさか家庭医療クリニックはどんなお病気、症状の方でも、もちろん、がんを患い最後を住み慣れたご自宅で迎えたいという方もご自宅での診療を行います。もし、専門的治療が必要な場合で、患者様やご家族さまのご希望であれば、適切な医療機関へ紹介いたします。

よく知らない診療所、しかも「家庭医療」というあまり聞き慣れないところに大切なご家族や患者さんを紹介して、より悪くなつてしまつては嫌だとお考えでしょうか？ そうした強い責任感をもつておられる方こそ、当院に一度、ご相談ください。どんなご相談でも喜んでお受けいたします。診察時間内に直接来院されても構いませんし、お電話での相談も歓迎いたします。そのときには診療方針やどんなケアが可能なのかを確認することができます。

あるいは訪問診療（定期的にご自宅へお伺いして診察すること）をしたいが、周囲が理解してもらえない場合は、ご相談いただければ、話し合いの場を提供いたします。

もし、周りで通院に困っている方やそのご家族の方がいらっしゃいましたら、皆さんにお知らせください。そして、もしこれまで読まれている訪問看護ステーションの方や医療機関の方がいらっしゃいましたら、ご紹介くださいました患者様について、定期的にカンファレンスを行つて、より質の高い安心できる医療を提供していきたいと考えております。

どうぞ、お気軽にご相談ください。

抜け毛、氣になつてませんか？

働き盛りの男性の皆様、毎日のお仕事おつかれさまです。エネルギーにあふれるその姿は男らしさの象徴ですね。

そんな中、こんなことで自信を失つたりしていませんか・・・？

例えば、最近、抜け毛が多いとか、髪の毛が薄くなってきたとか・・・でも、こういった症状は1日1回お薬を使い続けるだけで、解決できるかもしれません！

副作用は大丈夫なの？

使用するフィナステリドという薬の主な副作用としては性欲減退や勃起不全、人によっては肝機能障害などです。ですので、医師とともに効果がでているのか？副作用はでていなかいか？やめるべきか続けるべきか？と一緒に相談しながら判断していきましょう。

本当に効果あるの？

研究結果では6~12ヶ月でミノキシジル（市販で買える発毛剤：商品名リアップ、ロゲインなど）とフィナステリドと一緒に使用した場合、半年~1年で約9%髪の毛が増え、4年後には24%の髪の毛の増量がみられました。

私たちはあなたにどうか自信を取り戻してほしいのです。そして、より活発に、より社会に、より家族に貢献され、もっと明るい社会を作つてほしいと考えています。

たくさんのお薬を飲んでいて、減らしたいと考えている
ご友人の方はいらっしゃいませんか？
もししかしたら、お薬を減らすことができるかもしれません。

まずはお電話を

よりはる電品を
こさか家庭医療クリニック

電話 078-591-8070

ホームページ <http://kosaka-katei.com/>

<http://rosaka-kate.com> コープ北側玄関

こさか家庭医療

検索

