

9/●● ●:20 施術終了 追加質問です ●回目の鍼治療が終わりまだ主訴である肩の痛みはありますが、少しずつ軽減しています。しかし本日会話からわりと酒を飲んでいる、毎日ビール2本と日本酒2合 たばこ1日ひと箱 と生活習慣リスクが発覚しました 無理に強制したりやめさせたり、お説教はせずによく話を聞き引き続き生活習慣リスクにも目を向けていきます ●●がないのも気になります ●●●●●の何か●●●問題もあると思いますので医療者として信頼されるようなスタンスで見守っていきたいです>>毎日体温と血圧は施術後記録しています 体温 36.6 血圧と脈拍 上 145 下 96 脈拍 87 >>報告した医師からは血圧と体温を二週間記録するよ指示が出たのでこちらでもサポートしていきます。(本人だけではやらない可能性があるため) 何か気を付けたほうがいいことや医師に報告すべき事あれば教えてください。

ChatGPT:

状況よく整理されていますね。臨床的にも安全管理の観点から非常に大事なケースだと思います。以下のようにまとめました。

---

## 現状のポイント

- ・ 主訴:肩の痛み → 改善傾向(完全ではない)
- ・ 併存因子:高血圧が複数回確認され、医師から「2週間の血圧・体温記録」の指示あり
- ・ 生活習慣リスク:飲酒(ビール2本+日本酒2合/日)、喫煙(1日1箱)、●●●●●、●●●●●
- ・ 対応:お説教や強制はせず傾聴し、医師の指示(血圧・体温記録)を鍼灸院でもサポートする方針

---

## 気をつけるポイント

1. 記録の正確性
  - 毎回の測定条件をなるべく一定に(施術後、安静時に測定する)。

- 数値だけでなく「体調メモ(頭痛・動悸・めまい・睡眠・飲酒量など)」も簡単に添えると医師にとって診療情報として価値が高まります。
- 2. 報告すべき症状(医師に早めに伝えるべきサイン)**
- 突然の頭痛・めまい・視覚異常
  - 胸痛や胸部圧迫感、呼吸困難
  - 急な片麻痺や言語障害(脳血管イベントを示唆)
  - 著しい高血圧(例：180/110以上が繰り返される)  
→ こうした「急変兆候」があれば速やかに医師へ。
- 3. 生活習慣リスクへの姿勢**
- 強制や説教ではなく「情報共有と伴走」。
  - たとえば「先生からの指示の血圧記録を一緒にやっていきましょう」という形で、まずは**医師の指示に協力することを優先**。
  - 飲酒や喫煙に関しては「血圧への影響を一緒に見てみましょう」とデータに関連づけて本人に気づいてもらう形が効果的です。
- 4. 社会的側面の配慮**
- ●●●● → 栄養摂取に影響していないか確認。
  - ●●●● → ●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●可能性あり。
  - 信頼関係を築きながら、**医師・●●●●●●●●●●**に自然につながられるよう準備しておくといいです。

## 鍼灸院でのサポートの具体例

- 毎回、体温・血圧・脈拍を記録し、本人用＋医師報告用にまとめる。
- 「生活習慣と血圧の関連」を一緒に眺めながら、少しずつ自己管理の意識づけ。
- 医師への報告書に「飲酒・喫煙習慣あり。生活習慣リスクの背景を考慮しながら支援継続予定」と添えるとより包括的。

👉 まとめると:

今のスタンスは非常に適切です。急変兆候の見逃し防止＋生活習慣と血圧の関連をデータで見せる＋医師と連携、この3点を意識すれば十分にサポートできます。

ご希望があれば、このケースの「医師への報告文(生活習慣も含めた要約付き)」のフォーマットを作りましょうか？

あなた:

わかりました では施術後のバイタルチェックに加えて鍼灸施術中の会話の中で、めまいなど細かい変化がないか？確認をしていこうと思います ありがとうございます。痛みに関してはVASなどで評価し記録します

ChatGPT:

それはとても良い方針だと思います！✧

## 追加で良い工夫

- **VAS(Visual Analog Scale)での痛み評価**  
→ 数値化することで「改善傾向」が客観的に見える。医師への報告やご本人の自己理解にも有効。
- **会話でのモニタリング**  
→ 「めまい・頭痛・胸部圧迫感・ふらつき」などの細かい自覚症状を自然な会話の中で確認。  
→ 特に高血圧の患者さんでは「軽い頭痛」や「視覚のかすみ」などを早期に拾えるのが大切です。
- **バイタル+症状セットで記録**
  - 体温
  - 血圧・脈拍
  - VAS 痛みスコア
  - 簡単な自覚症状(有・無)  
→ これを表形式でまとめておくと、医師に渡す際にも「鍼灸院での観察記録」として非常に有用です。

---

## 今後の記録イメージ(例)

日時	体温	血圧/脈拍	VAS 疼痛	自覚症状(めまい・頭痛など)	備考
●/●●●●:20	36.6℃	145/96・87	6/10	なし	肩の痛みは軽減傾向

📝 このように\*\*「バイタル＋VAS＋会話からの症状確認」\*\*を習慣化すれば、鍼灸施術の効果と安全管理の両方を示せる良いケース記録になります。

ご希望なら、この症例の記録フォーマット(Excel や Word 表形式)をひな型としてお作りしますが、ご用意しますか？

あなた:

●●:50 右肩の痛みが急に強くなって困っていると電話で相談 バイクで出かけた時、筋肉を傷めたものだと思う バイクに乗ると痛みが増す 冷やすようアドバイスした お酒飲むと少し楽になるらしい 精神的なものでしょうか？ 右肩に硬結がある

ChatGPT:

ご相談ありがとうございます。記録と整理を兼ねてお答えしますね。

## 状況の整理

- ・ 主訴:右肩の急な痛み増悪(電話相談時 ●●:50)
- ・ きっかけ:バイク乗車後に痛み増悪 → 筋肉由来の損傷が疑われる
- ・ 特徴:バイクに乗ると痛みが強くなる、右肩に硬結あり
- ・ 対処:冷却を指導
- ・ 補足情報:飲酒で痛みが一時的に軽減 → 中枢性鎮痛・リラックス効果の可能性
- ・ 患者の問い:「精神的なものではないか？」

## 考えられること

### 1. 筋肉・軟部組織由来の痛み

- バイクの姿勢や振動で筋緊張が強まり、既存の肩部筋肉(僧帽筋や棘上筋付近)の硬結が悪化した可能性が高い。
- 「硬結」が触知されている点も筋・筋膜性の痛みを支持。

### 2. 冷却の妥当性

- 「急に強くなった痛み」には冷却が適切。炎症反応を抑える効果あり。

### 3. 飲酒で軽減する理由

- アルコールによる中枢性の鎮痛作用・筋弛緩作用。
- ただし慢性的な対処法にはならず、逆に高血圧や生活習慣病のリスク増悪要因。

### 4. 精神的要因との関連

- 急な痛み自体は身体的要因が主体と考えられるが、「痛みが増す不安」「飲酒で和らぐ」という点には心理的要素が混ざっている可能性。
- 痛みは身体的因子と心理社会的因子が相互に影響するため、「精神的なもの」と単純に切り分けるより、**心身相関的に理解するのが適切**。

---

## 今後の対応ポイント

- **急性外傷の除外**: 可動域制限が強い／夜間痛が続く／安静でも強い痛み → 整形外科受診を検討。
- **鍼灸での対応**: 硬結部への軽度の施術(過刺激を避ける)、肩周囲筋群の緊張緩和。
- **生活習慣への配慮**: 飲酒に頼らず、セルフケア(ストレッチ・温冷法)でのコントロールを指導。
- **記録**: 今回の急性増悪(日時・状況・電話対応内容)を必ず経過記録に残す。

---

### 📌 結論:

今回の痛みは **筋肉由来の急性増悪が主体**であり、精神的なものが原因ではなく「**影響因子のひとつ**」と考えるのが妥当です。

冷却指導は適切で、経過を見つつ必要なら整形外科紹介も視野に入れるのが良いと思います。

---

ご希望があれば、この事例も含めて「鍼灸院における痛み急性増悪時の対応記録テンプレート」を作ってみましょうか？

あなた:

ですよね 冷やすこと指導した、困ったら医師に相談するよう伝えたのは間違いでないでしょう

ChatGPT:

はい、その対応はまったく間違っていないです。むしろとても適切です。

---

## 適切だった点

### 1. 冷却の指導

- 急な痛み増悪 → 炎症反応を抑える冷却は基本的な応急対応として正しい。
- 特に「筋肉を傷めた可能性がある」と考えられる場合は理にかなっています。

### 2. 医師への相談を勧めたこと

- 「困ったら医師に相談してください」という助言は、鍼灸師の立場としても安全管理上とても重要。
- 診断は行わず、「必要時には専門医につなぐ」という姿勢を明確にできています。

### 3. 患者との信頼関係

- 強制や説教ではなく、安全策を案内して見守る姿勢を示せている。
  - 患者さんにとっても安心感が増す対応です。
-

## 今後の記録に残すとよいこと

- 「急に痛みが増強した」経緯（バイク乗車後、右肩）
  - 「電話で相談あり、冷却を指導。必要時は医師受診を案内」
  - 「患者は理解・同意」
- こうした記録を残すことで、臨床判断の妥当性と連携の意識を示せます。
- 

### ㊦ 結論：

冷却指導と「困ったら医師に相談」の助言は正しい対応です。

鍼灸院としての責任範囲を守りながら患者安全を最優先しており、ケース記録にも十分に活かされます。

---

もしよければ、この「電話相談対応」も含めて、一連の症例をまとめると学会発表や症例報告で強みになる流れになりそうですが、その整理もしてみますか？