

常にベストパフォーマンスで臨むことが
よりよい連携を生む源

理事
佐野 秀一



新しい年が明けました。不況、失業、自殺などなど暗い話題が多いなか、皆様にとってどんな一年になるでしょうか？達成感のある充実した一年であることを願ってやみません。

我々市立札幌病院に勤務する者として、地域完結型医療の促進に繋がる地域連携強化には何が必要で何を求められているか？様々な要因があると思いますが、その大切なものの一つにプロフェッショナルとしてより精度の高い医療を施すことが挙げられます。地域医療室を通して紹介いただいた患者さんに対しても、地域連携センターを介して亜急性期、慢性期患者さんをお願いする場合でも、幹となる濃厚治療の良否がその後の経過に大きく影響を及ぼします。

このプロフェッショナルな行動のピークパフォーマンス（究極の技）として「フロー」という極限の状態があります。よくスポーツ選手が「体が勝手に動いた」とか「速いボールが止まって見えた」とかいう状態で、スポーツ界のみならず芸術の世界ほか我々医師の仕事にも共通するピークパフォーマンスです。ガチガチに緊張あるいは気が乗らない時には、この様なピークパフォーマンスは不可能で、物事にしっかり集中できて適度の緊張と興奮があり、かつワクワク感が生む極限状態と言えましょう。

我々医療サイドで「フロー」に入るための有効な方法としては、大きく以下の三点が考えられます。

- 1) 体調管理(十分な栄養、睡眠不足・深酒を避ける)
- 2) メンタルリハーサル(最近では模型を使った内視鏡下手術のトレーニングなどがありイメージを日常的に磨いておく)
- 3) モチベーションの再確認(石にかじりついてこの患者さんを助けてやるといった気概・意気込みが真のチームワークを生み、他科との協力体制の強化につながる)

また、これらに加えて不測の事態に直面したときのノウハウを想定することも大切です。頭が真っ白になって、どう対処していいのかわからないでは、やはりプロとしては実力不足で、普段からのイメージトレーニングで落ち着きを取り戻すことも重要です。卓球の世界では、ネットインの対応が一流と二流を分ける時まで言われています。

ある外科医にとって何千例、何百例の一つの手術でも、患者さん（および家族・知人ほか大勢）にとっては一生を左右する「Only one」の手術、常にベストパフォーマンスで臨むことがより良い連携を生む源になるに違いありません。今まで数ある痛い経験、修羅場をくりぬけて来たプロは謙虚にその大変さを胸に刻み記憶し、これからのより高度な医療に役立てていくものです。当然、研修医ほか若手の育成にも、その教訓は生かされ切磋琢磨を繰り返します。

我々市立札幌病院スタッフはこの様な観点で「心技体」の充実を念頭におきながら、「フロー」を目指して日々努力しております。まだまだ十分に達成したとは言えず、様々なご意見ご要望も多いかと念じております。どうぞ、沢山の忌憚のないお声を地域連携センターまでお寄せください。

