



日本離床学会
教育講座
講座コード R-146

患者さんを慢性疼痛から劇的に救う！ 認知行動療法の基礎と実践



～モヤッとした知識をクッキリさせるメソッド～



日時：2024年 **9月8日(日)** 10:00～16:10

場所：インターネット生ライブ中継

講師：吉野 敦雄 先生(広島大学保健管理センター 医師)

対象：看護師・PT・OT・ST(左記以外でも受講可)

受講料：会員9,800円(税込) 一般12,800円(税込)

見逃し受講期間2週間あり

難易度 ☆☆☆★★

※先着順：定員になり次第締切

新入会 会費無料

しつこい痛みで離床が進まない…そんな時に使えるとっておきの対策とは？

なかなか良くならない慢性疼痛に「認知行動療法が良いらしい」と、聞いたことはあるけれど、モヤッとしていてどのようにやればいいのか…と悩んでいませんか？そのモヤモヤを晴らすには、百戦錬磨の実践者に学ぶのが一番の近道。この講座では、認知行動療法の研究をベースに実践し続ける吉野先生に、基礎からエビデンス・実践まで徹底的に学びます。認知行動療法のモヤッと感を、一気に解消してみませんか？



研究

実践

薬に頼らない痛みへのアプローチの切り札 認知行動療法の実践プログラム

プログラム1 痛みのメカニズムと認知行動療法

- ・そもそも痛みとは？原因と特徴を一挙に理解
～整形疾患・がん性疼痛・神経障害・心因性など～
- ・発痛物質と血流がポイント
痛みが起るメカニズムを徹底解説
- ・認知行動療法の理論
～適応と改善システム～
- ・脳画像からみた認知行動療法の効果
～fMRIで読む痛み・感情変化～



プログラム2 認知行動療法に必要な評価編

- ・慢性疼痛のフィジカルアセスメントと画像評価
～Red flagsとの鑑別ポイント～
- ・認知行動療法の効果判定に活かす！
講師オスメの評価ツール3選
- ・認知行動療法と併用する薬物療法
～オピオイド鎮痛薬・神経障害性疼痛薬・抗うつ薬 ほか～



プログラム3 認知行動療法の実践 基礎編

- ・まずはザックリでOK! 認知行動療法の流れ
- ・初めてでもできる！認知行動療法の実践
～行動活性化・痛みノートの活用～
- ・慢性疼痛への認知行動療法の行い方
～認知的技法・セルフモニタリング～
- ・認知行動療法のカナメ！
目標設定の決め方とフィードバック



プログラム4 認知行動療法の実践 応用編

- ・ベテランのテクニックを伝授！
認知的技法と行動的技法の使い分け
- ・認知行動療法の型を習得しよう！
レポートマーカーとソクラテス式問答
- ・集団認知行動療法の実践と効果
～痛みの悪循環を断ち切るワザ～
- ・痛みを緩和する具体策
～呼吸法と漸進的筋弛緩法～



※この講座は離床アドバイザー習得コースの理論コース1単位を取得できます。

受講方法

① ホームページよりオンライン登録

お問い合わせ・お申込先

日本離床学会

検索

臨床を元気に！ 日本離床学会

