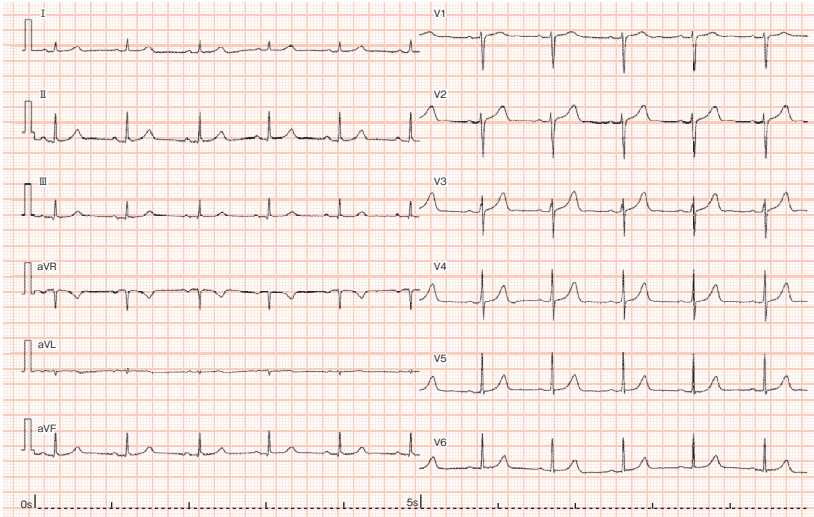


はじめに

50歳の女性，健康診断のため心電図を取りました。



さて，この心電図が自信をもって読めないと相当まずいです。

「え！この心電図読めないとまずいの？勉強しなきゃ！」っていうそのあなた，心電図を勉強しようとするの禁止です！！(笑)。心電図は勉強しても読めるようになりません。心臓一筋20年の循環器内科医である著者が辿り着いた心電図が読めるようになる方法は，勉強するな，考えるな，ただ心電図を読め—Don't think, just do it!!—です。

「この本だめだ，心電図を勉強しようと思っているのに勉強するとか，読めないのにただ読めとか，読めるわけないじゃん？」そう思った方は，一旦第1章だけ読んでみてください。第1章ではこの心電図1枚の読み方だけを解説しています。それでもし，あなたの心に響かなければ，すいません，あなたに

とってこの本は役不足のようです。本当にごめんなさい。他の著名な先生方の心電図の本がたくさん種類ありますので、そちらのほうが絶対におすすめです。解説もわかりやすく心電図を理解することができますと思います。

でも、少し変だと思いませんか？世の中、たくさん心電図の本があるのに心電図が読めるようにならない。最近、心電図セミナー、無料動画などで世の中に心電図の教育があふれている。でも、心電図を読めない人が多い。授業も受けた、国家試験も受かった、心電図も自分なりに勉強したことがある、でも現場に出て心電図が読めない。少し変だと思いませんか？

勉強しても心電図は読めるようにならない？

こんな方いますか？自転車に乗れるようになる前に、自転車の乗り方の本を買った人。「自転車の乗り方大全」「3日で自転車が乗れるようになる本」「自転車はペダルの漕ぎ方だ！」みたいな本を買って勉強してから自転車に乗った人います？きっと、自転車に乗れるようになった人は、実際に自転車に乗って練習した人！！自転車に乗れるようになった人は、自転車の勉強から始めたのではなく、いきなり自転車に乗った人です。考えるな、ただ自転車に乗れ— Don't think, just do it!!—です。

中学高校と英語を勉強して英語がペラペラになりましたか？筋トレの本で勉強して筋肉がつきますか？考えるな、ただ英語をしゃべれ。考えるな、ただ筋トレせよ！！— Don't think, just do it!!—なんです。あなたが日本語を話せるようになった理由、それは、Don't think, just do it!! です。考えずに、まず日本語をしゃべったのです。幼稚園の頃から友達と日本語で会話していました。初めて日本語の勉強をしたのは、小学校1年生になってからです。日本語を話せる理由、それは、日本語を勉強しなかったからです（笑）。まず、日本語がしゃべれるようになってから国語の勉強をするようになったんです。

だから心電図もいきなり勉強せず、まず、読むことが大切なんです。考える

んじゃない、読むんだ—Don't think, just do it!!—なんです。この本では“心電図を読む順番”を紹介したあと、心電図をいきなり読んでもらいます。そして心電図を読む順番を身につけてください。心電図を読む順番、ルーチン読みを徹底的に身につけます。心電図の読む順番を身につけると何がいいのか？心電図がわからなくても読めちゃったっていう不思議な状態になるんです。心電図はわからないけど、心電図が読めるって思えるようになります。すると「心電図をもっと読みたい！心電図って楽しい！」って思えるようになります。

でも、心電図がわからないのに読み進めると読み間違えて、判読した診断名を聞いて悔しくなる。習ったことも複雑で覚えられなくて忘れてしまう。もう、私には心電図は無理、読めるようにならない、やめよう、と一旦諦めたくなることもあると思います。でも、また、ふと心電図の本をとってみようと思う。心電図が読める先輩や友人を見て、「やっぱり心電図が読めるようになりたい！！心電図を武器にして次のステップに進みたい！！」と思ってしまう。

自転車と同じです。転んで立ち上がって、ハンドルを握って、ペダルを漕ぐのを忘れてまた転ぶ。擦りむいて、痛くて、一旦諦める。でも、自転車に乗っている友達を見て、「やっぱり俺も自転車に乗りたい！！もっと遠くに行きたい。友達と一緒に遊びたい」そう思ったに違いありません。そして、ついに乗れるようになる。その過程には自転車に乗れないあなたを見守ってくれた父、母、兄弟、友人、知人がそばにいたに違いありません。「失敗してもいいんだよ、こうやるんだよ、次はできるようになるよ、絶対にできるようになるよ！」そうあなたを支える存在があったはずです。

本書は、心電図が読めないあなたの支えになりたいです。心電図が読めるようになるという目的のために、説明は読み方に特化して、なるべく原理とか理屈とかは省きました。Don't think, just do it!!です。考えるんじゃない、まず心電図を読むんです。

- 心電図を読む順番を身につける！！
- 心電図を勉強するの禁止 (Don't think)
- 心電図をいきなり読む (just do it)

これできっとあなたは心電図が読めるようになります。

では、さっそく第1章でさきほどの心電図を読みましょう。きっと、本書を読み終わる頃にはここで言っている意味がわかってくると思います。

2022年10月

米山喜平