

# 新 医者にかかる10箇条

～あなたが“いのちの主人公・からだの責任者”～

・・・よりよい治療を受けるには・・・

お医者さんとの信頼関係を築くことが必要です。

患者の心得として、以下の10箇条を実践してみましょう。

## 1. 伝えたいことはメモして準備

いざ、お医者さんの前に座ると、うまく自分の体調などを伝えられないものです。

前もってあなたの情報をまとめておくことが必要です。

(どういう症状が出たとか、どんなことが起こったとか、どのような薬を飲んでいるのか、副作用の有無やアレルギー反応等)患者さん本人が説明できないときは、家族等に準備してもらおうとよいでしょう。

お医者さんにも、より分かりやすく伝わり、効率よく診察を受けることができます。

## 2. 対話の始まりはあいさつから

何事もあいさつから始まります。まず、あいさつをしましょう。

## 3. よりよい関係づくりはあなたにも責任が

お医者さんと患者さんがいっしょにいい関係を作り上げていくことが大切です。

患者さんも求めるだけでなく、お互いに努力しあい、いい関係を作りましょう。

## 4. 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報

診察室に入って椅子に座っただけでは、お医者さんに、あなたの情報を的確に伝えることはできません。

あらかじめ準備したメモを使って、きちんと情報を伝えましょう。

そうすることが、治療方針を決めるうえで大切な、正確な診断につながります。

## 5. これからの見通しを聞きましょう

これからどうなっていくのか、どんな治療をするのかを聞きましょう。見通しが立てば、自分が何をすべきかよくわかりま

## 6. その後の変化も伝える努力を

治療や薬による症状の変化などを、何でもお医者さんに伝えましょう。そのことがその後の治療にもつながります。

## 7. 大事なことはメモを取って確認

難しい専門用語や検査値など、聞いたときは理解したつもりでも、家に帰ったら忘れてしまったということがあります。

お医者さんの話は、きちんとメモをして、わからないことは何度でも確認しましょう。メモがあれば大丈夫です。

## 8. 納得できないときは何度でも質問を

分からないことはそのままにせず、納得できるまでお医者さんに説明してもらいましょう。

## 9. 医療にも不確実なことや限界がある

患者さんは病気を早く完全に治してほしいと願うものですが、医療にも限界があります。

すべてが完全ではありません。お互いに理解しあい、最善を尽くすことが大切です。

## 10. 治療方法を決めるのはあなたです

良い医療を受けたいと思えば、お医者さんが決めた治療だけを行えばよいというものでも、患者さんの望む治療だけを行えばよいというものでもありません。

両者が話し合い協力して治療方法を決めましょう。