

こんにちは!

村立東海病院であ



信頼できる「かかりつけ医」を見つけよう

“いつもと違う病院を受診したら「かかりつけ医」に相談するように言われた”という経験はありませんか。かかりつけ医とは、「健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師のこと」と日本医師会で定義されています。今回は、かかりつけ医がいるメリットやかかりつけ医を見つけるポイントなどについてご紹介します。

かかりつけ医が“いるメリット”と “いないデメリット”を知ろう

【かかりつけ医がいるメリット】

- ▽日頃の状態をよく知っている医師であれば、ちょっとした体調の変化にも気が付いてくれて対処が早い。
- ▽ワクチン接種や健診結果で気になったことや、関心のある病気についてすぐに相談できる。
- ▽定期的な診察により、病気の症状や治療法などについての確かな診断やアドバイスがもらえるほか、早期発見・早期治療が可能になる。
- ▽必要に応じて適切な医療機関を紹介してくれる。
- ▽介護保険の主治医意見書などに記載してもらいやすい。

【かかりつけ医がないデメリット】

- ▽毎回異なる病院の診察を受けると、医師が病歴や家族歴、アレルギー、過去に受けた検査に関する情報などを把握するのに時間がかかる。
- ▽同じ検査や質問を何度も受けることになり、金銭的・精神的な負担になる。

かかりつけ医を見つける ポイントをご紹介します

かかりつけ医がない方の中には、どのように探したら良いのか悩む人も少なくないでしょう。万が一に備えて、下記のポイントを参考に信頼できるかかりつけ医を見つけましょう。

【かかりつけ医を見つけるポイント】

- ①病院の立地
 - 自宅や職場の近くなど通院の利便性は良いか。
- ②診察時間
 - 仕事終わりでも診察時間内に受診できるか。
- ③医師について
 - 医師は、自分の健康状態に応じた診療科に所属しているか。
 - 医師の専門分野は何か。
 - ささいなことでも親身になって相談に乗ってくれるなど、気軽に相談できるか。
 - 病状を分かりやすく説明してくれるか。

かかりつけ医と上手に付き合うためには…

まずは、患者である自分や家族の情報を積極的に医師に伝えましょう。普段の生活の様子や健康状態をメモしておくのがお勧めです。また、うまく伝えることに自信がない方は、家族やケアマネジャーに付き添ってもらうのも良いかもしれません。

医師の話で理解できないことがあったら、その都度質問し、アドバイスなどをメモしておくことで確

認できます。医師との理解が深まれば、健康管理をする上で良いパートナーとなることでしょう。

※医療の高度化、細分化が進んでいる今日では、内科医と整形外科医など複数の医師が、共同でかかりつけ医としての役割を担うこともあります。



村立東海病院 地域医療連携室

【問い合わせ】村立東海病院(☎282-2188)、地域福祉課地域福祉・地域医療推進担当(☎282-1711 内線1139)