

# かかりつけ医を

# 持ちましよう！



みなさんは、風邪や熱などで体の具合が悪くなったとき、どうしますか？

「普段、病院にかかってないし、困ったわ…」  
「いろんな診療科があるし、設備も整っていて安心だから、総合病院に行こうかな？」…こんな人も多いのではないのでしょうか。

しかし「かかりつけ医」を持っていれば、急に体調不良になった時でも適切に対応してもらえ、安心して健康な生活を送ることができます。

今号では、かかりつけ医の役割や意義、病院の上手なかかり方などをお知らせします。

## かかりつけ医を持つことのメリット

- ◎ 普段から受診しているため、健康状態を把握しており、異変を早期に見えます。
- ◎ 総合的で、一貫性のある治療が受けられます。
- ◎ 自宅や、職場などから近い身近な場所で、気軽に治療や相談ができます。
- ◎ 健康診断の結果や、生活習慣改善へのきめ細かなアドバイスが受けられます。
- ◎ 「はしご受診」がなくなり、薬の重複もなくなります。
- ◎ 訪問診療などにより、安心して在宅医療を受けられます。

## 「かかりつけ医」とは…

みなさんやご家族の健康管理をしてもらえる「ホームドクター」です。体質や生活習慣、病歴など、普段の健康状態を把握しているのです。ちょっとした変化も早期に見つけることができ、緊急時にも適切な対応してもらえます。必要であれば、専門の医療機関を紹介します。また、病気の治療だけでなく、健康に関する相談も気軽にできる、一番身近で信頼のおける先生です。

## かかりつけ医にインタビュー

かかりつけ医に関する質問に、蒲都市医師会長の羽田野幸夫先生からお答えいただきました。

**Q** かかりつけ医は、何科が良いのですか？

**A** 市内には48の診療所や病院があります。かかりつけ医は、内科のみならず、外科・整形外科・眼科・耳鼻咽喉科・皮膚科などのかかりつけ医もあります。診療所では、各々の医療機関が専門分野を中心に、他の診療所や専門医のいる総合病院と連携をしながら、患者様の診療にあたっています。

**Q** かかりつけ医を選ぶときは、どのようなことに気をつければ良いのですか？

**A** ご自分にあった、また気の合う医師を見つけることが大切でしょう。自宅から近い、また、慢性疾患の方などは、生活習慣の指導を十分してくれる、例えば、在宅療養している方なら訪問診療をしてもらえるなど、選択する条件はさまざまだと思います。

**Q** 急に具合が悪くなった場合は、どうしたら良いのですか？

**A** まず、かかりつけ医に連絡をとり、「誰が」「いつから」「どうなっているか」を、慌てずにゆっくりとお話して、かかりつけ医の指示を受けてください。万一、かかりつけ医に連絡が取れない場合は、他の診療所や病院に連絡し受診してください。意識がないなど重篤と思われる場合は、救急車をすぐ呼んでください。