

1 医療に関すること

診断や治療等に関する疑問は、まずは主治医に相談しましょう。
主治医と充分に話し合い、納得して治療を受けることがとても大切です。



① 医師に聞きました～医療者とのコミュニケーションに関するQ&A

Q 主治医に、自分の希望や質問をうまく伝えるにはどうしたらよいですか？

医師に、病状や治療、不安なことなどを質問することは重要です。医師の前では緊張して質問できなくなる方もいらっしゃいます。そのような時のために、事前にノートや紙に書いて、診察時に活用するとよいでしょう。病状を理解し、不安を解消し、納得した上で治療することをお勧めします。病気が進行している場合でも、主治医は病状を正しく説明するため、現実を受け入れがたいこともあると思います。一人で聞きたくない場合には、ご家族などと一緒に説明を聞きましょう。

主治医との間に溝を感じて、どうしても質問しづらいと感じた場合は、看護師や他のスタッフに相談しましょう。

医師（練馬区）

💡 主治医と話をする時のポイント

① メモを取る

専用のノートを作り、日付を付けて順番に書いておくと、あとから見直せます。



② 質問リストをつくる

主治医にリストを渡して読んでもらう方法もあります。優先順位をつけ、聞きたいことを簡潔にまとめるとよいでしょう。

* 家族や信頼できる人に同席してもらって、説明の内容を後で確認できたり、代わりにメモを取ってもらうことができます。

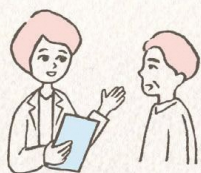
📄 メモ Memo



「セカンドオピニオン」とは？

主治医とは別の医師に、診断や治療などについての意見（セカンドオピニオン）を求めることができます。病院を変えるためのものではなく、納得して治療を受けるために利用するものです。

セカンドオピニオンの流れ



主治医から
治療説明をよく聞く



自分で病院を探す
主治医に相談し、
検査データなどを準備



セカンドオピニオン
外来受診



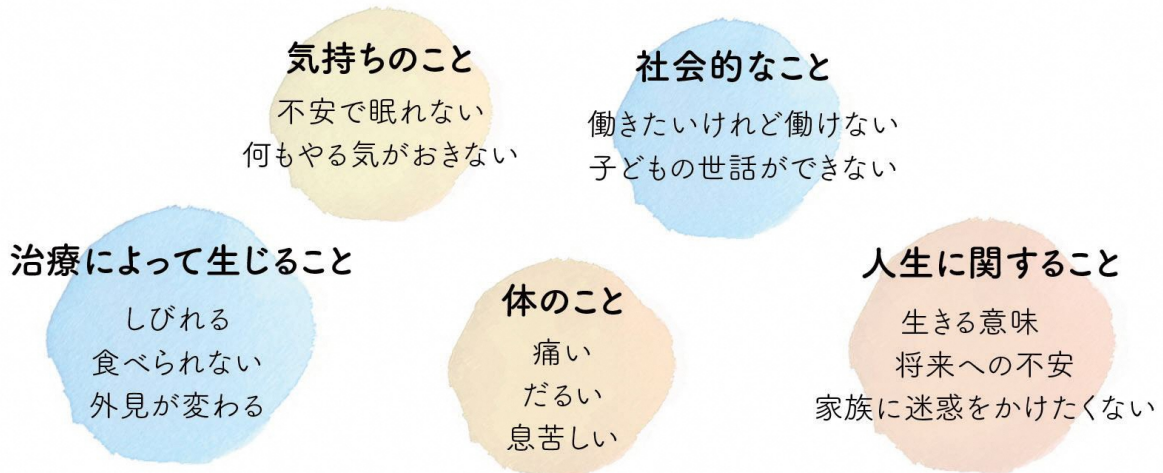
結果を主治医に
報告し、今後について
相談する

がんとわかったときから始まる「緩和ケア」

“緩和ケア”とは、がんの診断と同時に始まる治療のひとつ。身体や心のつらい症状を緩和し、安心して治療・療養生活を送れるよう、がん患者さんや家族をサポートするケアのことをいいます。

緩和ケアは、身体や心の様々な苦痛をやわらげます

～がんに伴うつらさには、以下のようなものがあります～



出典：国立がん研究センター「がん情報サービス」

つらさや困りごとがあるときは、担当の医師や看護師などに相談してください。

気持ちの落ち込みが続く場合は・・・

がんの診断を受けると、多くの方が不安や気持ちの落ち込みなどを経験します。時間がたつにつれて落ち着いていきますが、気持ちの落ち込みにより、眠れない、食べられないなどのつらい症状が2週間以上続く場合は、専門家によるこころのケアが必要かもしれません。できるだけ早く、担当の医師や看護師にご相談ください。

コラム Column

そうだ、薬剤師に“も”きいてみよう！



街の中に多くある保険薬局…処方箋があるときだけしか利用できないと誤解されていませんか？わずかな体調変化、処方されている薬、サプリメントについてや、今受けている治療のこと、その少し先のこと、生活の中での不安や疑問などについても、いつでもお話を聴かせてください。また、がんの治療において、予測される副作用、その初期症状や対策に関しては多くの情報があり、事前にその症状を和らげる対策もしっかり確立しています。わずかな体調変化を見逃さないために、早めに対処するためにも、日ごろからご自身の体と心のことを、気兼ねなく話すことができる薬剤師が身近にいるといいと思います。医療と生活の間に立つ“薬局薬剤師”を活用ください。

薬剤師（練馬区薬剤師会）