

11月25日（いい医療に向かってGO）

11月25日を含む1週間（11月19日㊤～11月25日㊤）は医療安全推進週間です。いい医療かどうかは患者さん自身が大事にしていることによって変わるので、人それぞれとされます。自分らしく納得のいく医療を受けるために、主体的に医療に参加し、医療者とのコミュニケーションをスムーズにはかるコツを覚えて試してみましょう。

「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」

1. 伝えたいことはメモして準備
2. 対話の始まりはあいさつから
3. よりよい関係づくりはあなたにも責任が
4. 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
5. これからの見通しを聞きましょう
6. その後の変化も伝える努力を
7. 大事なことはメモをとって確認
8. 納得できないときは何度でも質問を
9. 医療にも不確実なことや限界がある
10. 治療方法を決めるのはあなたです

※出典：NPO 法人ささえあい医療人権センターCOML



かかりつけ医を持ちましょう 身近で頼りになる医師を見つけよう

自分が感じている症状を伝えやすいか、医師の説明が自分にとってわかりやすいかなどが医師と相互の信頼関係を築くポイントになりますが、実際に話してみないとわからないものです。普段健康で医師との接点がない場合は、健康診断や予防接種、家族の受診などが、信頼できる医師を見つけるきっかけになります。また、かかりやすさという点から、身近な場で探すのが望ましいです。

＜身近な医療機関を探す方法＞

- ・東京都医療機関・薬局案内サービス「ひまわり」

電話 03-5272-0303

HP <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq13/qqport/tomintop/>

- ・お住まいの市の医師会、歯科医師会のホームページ等



医療安全支援センター患者の声相談窓口

安心して医療にかかるための方法を一緒に考えます。

都庁 03-5320-4435（主として都内の病院（20床以上）のこと）

多摩立川保健所 042-526-3063（主として管内の診療所のこと）

※原則電話で30分以内

※医療の過失や責任の所在の判断、紛争の仲介等はいりません。

※医療費に関することは、医療機関の窓口、各健康保険者へお問い合わせください。

