

もしもの時に備えて

突然の病気や事故で意思表示ができない
そのような時困らないように
普段から考えておきましょう。

- ☆ 延命措置はするか、しないか
- ☆ 介護は在宅介護を希望するか、施設入所か
- ☆ 臓器提供はどうするか



他にも決めておかねばならない事
伝えておきたい事がきっとあります。
これらを書面にして、支えてくれる家族や
親族に伝えておく事も、

あなたが決める
大切な事です。



海部地域医療サポーターの会

わたしたちは、海部地域全体の医療を住民共通の
財産と考え、医療機関と住民の双方をサポートす
る事を目的に活動しています。
地域医療を守り育てる事により、安心できる地域
づくりの一助になる事を目指しています。



推 薦 海部地域の医療と健康を推進する協議会
(上記地図上の10の病院で構成)
海部医師会 津島市医師会 海部歯科医師会
津島市歯科医師会 津島海部薬剤師会
海部医療圏在宅医療・介護連携支援センター

発 行 海部地域医療サポーターの会

2022.9.10,000

知って安心・受診の心得



海部地域医療サポーターの会

初診の時に準備するもの

- 保険証 ●診察券 ●お薬手帳
- 必要なら母子手帳や紹介状
- 医師に伝える事をメモしたもの
 - ◆ 症状は・・・例〈熱・痛み・息苦しい・・・〉
 - ◆ いつから・・・例〈食後・2日前・1週間前・・・〉
 - ◆ 病 歴・・・かかった病気や受けた手術
 - ◆ アレルギーの有無・・・あれば〈薬・食べ物〉
 - ◆ その他



再診の時に準備するもの

- 保険証 ●診察券 ●予約券 ●お薬手帳
- 医師に伝える事をメモしたもの
 - ◆ 薬は飲めたか
 - ◆ 薬を飲んでからの変化
〈良くなった〉〈変わらない〉
〈副作用の有無〉〈その他〉
 - ◆ 測定指示の記録表
〈血圧〉〈血糖値〉〈熱〉〈尿量〉など



病気かなと思ったら

緊急時のぞき近くの医院で受診しましょう

- まずは近くの医院で受診しましょう。
※必要なら紹介状を書いてくれます。
- 診察時間を守りましょう。
- 海部地域には、当番制の
 - ◆夜間診療所
 - ◆休日診療所があります。



自覚症候や病歴は メモして準備



医師に伝えたい事はメモをして
言い忘れる事のないように
準備しましょう。

お薬手帳は忘れず準備

- 現在、飲んでいる薬を伝えましょう。
- 市販の薬や、サプリメントを服用
している場合も、内容を医師に
伝えましょう。



病院も気持ちよく通いたい

より良い関係づくりはあいさつと感謝の言葉



信頼関係が
より良い治療の始まりです。
診察や治療の後には
感謝の言葉を伝えましょう。



医師の説明はしっかり聞きましょう



分からない事は遠慮しないで
たずねましょう。

時間や気持ちにゆとりを持って受診しましょう

待ち時間が長くなっても良いように
本や雑誌を持参したり、
喫茶コーナーや休憩スペースを
上手に利用しましょう。



病気と向き合う

聞いた大切な事はメモを取って確認

その場で分かったつもりでも、忘れてしまう
ものです。要点をメモして確認しましょう。

治療方法を決めるのは自分自身

医師から説明された治療方法を、
自分で納得して決めましょう。
場合によっては
家族と相談しましょう。



その後の経過を伝える努力を

治療開始からの変化をメモして、医師に伝え
ましょう。その後の治療に役立ちます。

理解しましょう

- ◆ 同じ薬を飲んでいても、人により効果が違う事
があります。
- ◆ 全ての病気が、完治するわけではありません。
- ◆ 同じ病気でも、病状や回復に個人差があります。

日々の健康のために

かかりつけ医を持ちましょう



- ◆ 親身になって診てくれます。
- ◆ 家族の健康もサポートしてくれます。
- ◆ 待ち時間が比較的短くなります。
- ◆ 必要に応じて専門医を紹介してくれます。

かかりつけ歯科医を持ちましょう

- ◆ 口の中の症状から、病気が見つかることがあります。
- ◆ 定期的な受診で、健康な歯を保ちましょう。
- ◆ 過去の処置データもあり、再治療時も安心です。
- ◆ 生涯自分の歯で食べられる事は、心と
からだの健康にも大きく影響します。



かかりつけ薬局を持ちましょう

- ◆ 複数医師の受診時に、重複投与の予防ができます。
- ◆ 危険な飲み合わせを見つけてくれます。
- ◆ 一袋にまとめ日付を書いてくれるなど、
正しく飲めるように相談にのってくれます。
- ◆ 自宅に届けてくれる薬局もあります。

