



かかりつけ医をもちましょう

質問：かかりつけ医について教えてください。

答：かかりつけ医とは、皆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。

それぞれの体質、生活習慣や病歴といった普段の健康状態を把握しているので、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をしてもらえます。

必要があれば、専門の医療機関を紹介していただくこともできます。

病気の治療だけでなく、健康に関する相談も気軽にすることができるいちばん身近で頼りになるお医者さんです。

POINT 1 かかりつけ医をもつことのメリット

- ・普段から受診をしていることにより、健康状態を把握して異変を早期に発見できます。
- ・総合的で、一貫性のある治療が受けられます。
- ・自宅や職場から身近な場所で、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。

POINT 2 受診するときに気をつけること

- ・お薬手帳を見ることで、現在飲んでいる薬の種類や病歴が分かるため、必ず持参しましょう。
- ・ほかの医療機関で検査を受けている場合は、その検査結果も合わせて持参しましょう。それにより、不要な検査を避けることができ、負担も軽くなります。
- ・時間内受診に努めましょう。

POINT 3 ライフステージに沿った相談

かかりつけ医は、予防接種や定期健診、がん検診や認知症などといったライフステージに沿った対応をしています。例えば、介護保険サービスを利用する時に必要な意見書の作成等も行ってもらえます。

- ・医療、介護、福祉の連携にも取り組んでいます。
- ・在宅医療や療養のことなど、困ったときはかかりつけ医に相談できます。
- ・精密検査や高度な治療が必要な場合は、かかりつけ医が適切な病院・診療科を紹介します。
- ・かかりつけ医の紹介状を持参すると、紹介先の病院でスムーズに受診することができます。