



# 病院だよ！

第37号

新城市民病院広報委員会

新城市字北畑32-1

Tel 0536-23-7852 (総務課)

Fax 0536-22-2850 (総務課)

## 上手に受診するには…

### 賢い病院のかかり方

「待ち時間は長いのに診察はほんの数分だった」とか、「自分の症状が先生にうまく伝えられたか不安」など、病院にかかったときに感じた不満や不安を耳にすることがあります。決められた診察時間内に多くの患者さんを診察するためにはやむを得ないところもありますが、このような不満や不安によるストレスをできるだけなくしたいものです。

そこで今回は、外来受診するときの心得としていくつかのポイントを御紹介します。

### ポイントその1 事前にメモしておく

短い時間で医師にすべてを伝えることは至難の業です。要領よく、的確に症状を伝えるためには、前もってメモしておくことが良いでしょう。

#### 【メモしておくこと】

- ・いつから ・どこが ・どんな症状
- ・他の病気はないか ・今飲んでいる薬
- ・今の症状についてどうしてほしいのか



### ポイントその2 目的・希望を明確に

「何となく調子が悪い」「どうも体調が思わしくない」などと漠然とした感じのまま受診されると、医師に思いが伝わらないことがあります。自分はどうしてほしいのかをしっかりと自覚し医師に伝えないと、医師の診察を受けても不満が残ります。原因を調べます。

#### 【目的・希望の例】

- ・今現在の症状を何とかしてほしい
- ・症状はそれほどつらくないが、原因を調べてほしい
- ・この病気を完治したい
- ・他の病気との関連が知りたい
- ・慢性的な病気なら、今後どのように付き合っていくべきかを知りたい

### ポイントその3 時間外・駆け込みを避ける

緊急事態でない限り時間外受診や休日受診は控えましょう。専門的な診察を受けられないことがあったり、時間外料金が発生したり、薬を当日分しか処方してもらえないなどのデメリットがあります。

また、受付時間ギリギリに駆け込むのも十分な診察時間が取れないなど結局はご自身の不利益となりがちです。



### ポイントその4 診察しやすい格好

衣服の脱着に時間を取られてはもったいないですし、次の患者さんにも迷惑をかけてしまいます。限られた診察時間を有効に使うためには、脱着に時間を取られない衣服で受診することを勧めます。

また、患者さんの顔色は診断の重要な要素のひとつです。診断の妨げになることがありますので厚化粧は控えましょう。

### ポイントその5 診察時の子ども

病気でない子どもを連れて行かないようにしましょう。母親が受診するときに同伴させたり、兄弟が病気の時に一緒に連れて来たりすると、細菌やウイルス感染の恐れがあるばかりでなく、診察の妨げになる場合があります。

また、子どもが受診するときには、待ち時間などに色のついた飴など色素の強いものを口にさせないようにしましょう。顔色とともに舌の状態についても診断の重要な要素となります。



# 緩和ケアチームの御紹介！

## 「緩和ケア」って？

がん患者さんの肉体的・精神的苦痛を取り除き、患者さんと御家族にとって自分らしい生活を送れるようにするための医療です。

痛みや倦怠感、落ち込みや悲しみなどさまざまな苦痛をできるだけ和らげるお手伝いをさせていただきます。



医師、がん専門薬剤師、看護師、医療ソーシャルワーカーがチームとなって、主に病棟で活動しています。こんなことは相談しても仕方がない」と考えず、どんなことでも伝えてください。患者さんの悩みをできる限り多く理解し、さまざまな問題に対応するケアが「緩和ケア」です。



高年齢や病気のために嚥下（食物などを口から胃まで運ぶ、つまり「飲み込み」のこと）をうまくできない方がいます。飲み込む力が弱くなったり、誤って水分や食物が気管に入ったたり、むせたりします。飲食は健康の基本となるものです。「仕方がない」とあきらめたのでは、精神的にも肉体的にも良くありません。そこで、嚥下機能を回復させ上手に口から食べられるように訓練することが重要になってきます。

5階病棟では定期的に入院患者さんを対象に、摂食・嚥下訓練を実施しています。一人で訓練すると不安や焦りが先行してしまいがちですが、集団で実施することが励みとなり、「食物を口から食べる喜び」という同じ目的に向かって取り組むことができます。

## ディールームで嚥下訓練



## ハンドベルミニコンサート

12月22日（火）、1階ロビーや病棟などで看護師の有志によるハンドベルミニコンサートを行いました。

「きよしこの夜」「赤鼻のトナカイ」などクリスマスソングが院内あちらこちらで心地よく響き渡りました。

