

# 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

いつから、どこに、どんな症状があるのか。  
今までにどんな病気にかかったか、どんな薬を飲んでいるのか・・・など  
準備があればお医者さんの前でもきちんと話ができます。

## 2 対話の始まりはあいさつから

まず、あいさつをしましょう。お互いの理解の始まりです。

## 3 よい関係づくりはあなたにも責任が

お医者さんと患者さんのよい関係はよい治療につながります。  
求めるだけでなく、お互いに努力しあい、よい関係を作りましょう。

## 4 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報

正確な診断・治療のためにはきちんと情報を伝えることが大事です。

## 5 これからの見通しを聞きましょう

これからどうなっていくのか、どんな治療をするのか聞きましょう。

## 6 その後の変化も伝える努力を

治療による症状の変化をお医者さんに伝えましょう。  
よくなったことも大事な情報です。

## 7 大事なことはメモを取って確認

お医者さんの話はきちんとメモしましょう。その時はわかったつもりでも家に  
帰ったら忘れてしまうこともあります。

## 8 納得できないときは何度でも質問を

納得できるまで、お医者さんに説明してもらいましょう。

## 9 医療にも不確実なことや限界がある

病気は完全に治ってほしいと思いますが、医療には限界があります。

## 10 治療方法を決めるのはあなたです

お医者さんに治療の効果や危険性もよく相談しながら、協力して治療法を決めま  
しょう。

各項目名は認定NPO法人「ささえあい医療人権センターCOML（コムル）」より出典

松本市保健所 医療安全支援センター 0263-40-0800

協賛

一般社団法人 松本市医師会  
一般社団法人 松本薬剤師会

一般社団法人 松本市歯科医師会  
公益社団法人 長野県看護協会