

担当医や看護師など医療関係者から情報を得る

担当医や看護師に聞こうと思っても、「こんなことを聞いて良いのかな」とか、「忙しそうで申し訳ない」という遠慮が先にたってしまったり、診察時間が短かったりして、タイミングをつかめないことがあります。

けれども、わからないことをそのまましておくのは、自分自身にとって良いことではありません。

また、担当医は、その患者さん特有の情報、あるいは、これまでの病気や治療の細かな経過などを一番知っている存在です。

看護師も同じように、患者さんへのケアを通じて、その方に合ったケアの情報をもっています。

つまり、**直接関わっている医療者は、本やインターネットでは得られない、その患者さんの状況にそった情報を提供してくれる存在**です。

患者さんに関わっている医療関係者は、
患者さん独自の情報を知っています



医師の説明には、なじみのない、わかりにくい医学的な専門用語がでてくる
ことがあります。一度に多くの説明を聞き、理解できないこともあります。
わからないことはそのままにせず、聞いてみましょう。

外来診療では、診察時間が限られ、短い時間の中で聞きたいことも十分に聞けないこともあるでしょう。

このような場合は、**あらかじめ聞きたいことをメモに箇条書き**にしてまとめておき、要領よく質問する工夫をしましょう。

また、**医師からの情報をメモしたり、家族と一緒に説明を聞いてもらったり**しましょう。そうすることで、あとで、もう一度頭の中を整理して話の内容を確かめあうこともできます。

わからなかったことは、後日改めて確認してみましょう。

メモを活用する

- ① 伝えたいこと確認したいことを箇条書きにまとめる
- ② 聞いたことを整理する



● メモの例

【 聞いたこと 】

(○/○ 外来時)

- 同じ抗がん剤を6コース行う予定
- 今のところ順調

【 伝えること 】

- 3日前から指先の皮膚が赤い
- 2コースめの後の方が、1コースめの時より、足先のしびれが強くなっている

【 確認すること 】

- ○月○日のCT 検査の結果
- 本日の採血の結果
 - 白血球
 - 好中球
 - 赤血球
 - ヘモグロビン (Hb)
 - 血小板



治療の情報

治療に関して情報を検討する時には、その治療のメリット（良い点）だけではなく、デメリット（悪い点）も含めて考える必要があります。

- **メリット（良い点）**

病気の治療として、あるいはその人自身にとってプラスな点

- **デメリット（悪い点）**

副作用や治療に伴う危険性、日常生活や社会生活への影響、病気や治療によって生じる機能障害の可能性など、その人自身にとってマイナスな点

また、治療はどんながんの、どんな時期でも効果があるわけではありません。一見メリットが大きそうな治療でも、その人には適さない場合もあります。医師は、がんの進み具合や臓器の状態、からだ全体の状況などを考慮した上で、可能な治療方法を説明します。

“自分自身にとって”大切にしていること、大切にしている思いを考え、いろいろな側面から治療方法を検討し、自分自身で決めることが大切です。

- ◆ メリット（良い点）とデメリット（悪い点）をしっかりと整理して理解する。
- ◆ いろいろな角度から考えてみる。
- ◆ 最終決定は、自分自身です。



セカンドオピニオンで情報を得るとき

セカンドオピニオンとは、直訳すると「第2の意見」という意味です。つまり、病状や治療法について、担当医以外の医師の意見を聞き、参考にすることです。

どういう時に利用するのか

- 担当医に診断や治療方針を説明されたが、どうしたら良いのか悩んでいる時
- いくつかの治療方針を提示されて、迷っている時
- 他に治療法がないかと考えている時

どうすればいいの？

必要な書類や予約の有無は、病院によって異なりますが、基本的には、**紹介状 (診療情報提供書)** や **検査の資料** (病理組織レポート、CT などのレントゲンフィルム) などが必要になることが多いようです。

患者さんの病気の状況 (今までの治療や現在の病状) によって治療が異なることが考えられ、患者さんの病状に合った意見を求めるためには客観的な医療情報が必要になります。

他の意見も聞いて、確認したい



セカンドオピニオンを受ける病院を決める

- ★ 手続き方法を確認する
- ★ 必要な書類を確認する



担当医に伝え、必要書類を用意してもらう

- ★ 紹介状 (診断情報提供書)
- ★ 病理標本
- ★ 検査結果資料 など



セカンドオピニオンを受ける病院へ

セカンドオピニオンを受ける効果とは？

- 現在提示されている診断や方針に対する確認ができます。
- 診断や治療の妥当性（適切性）を再度確認することで、納得して治療を受けることができます。
- 現在の担当医の提示する治療法以外の治療法を知ることができます。

● 注意すべき点



セカンドオピニオンを受ける際には

- **担当医に申し出ること**
- **セカンドオピニオンは、病院を移るのではなく、他の医師の意見を聞くことである**

の2点をよく理解することが大切です。

セカンドオピニオンを受けることは、決して担当医との信頼関係を壊すことではありません。

どこでどういう治療を受けるにしても、患者さん自身が、その治療法を十分理解、納得して受けることが大切です。

時々、言い出しにくいから内緒で、という方がいますが、内緒にすることは、信頼関係を損ねるものです。また、内緒にすることで、患者さんの病気や治療情報、検査資料等がないままセカンドオピニオンを受けることになってしまいます。

これは、セカンドオピニオンを受ける効果を低下させてしまうことにもなります。



がん相談支援センターに相談するとき

全国のがん診療連携拠点病院には、「**がん相談支援センター**」が設置されています。

がん相談支援センターは、患者さんやご家族をはじめ、地域の方などいろいろな方にご利用いただけます。

がんのこと、治療や今後の療養生活の心配、医療費のことなど、困ったり悩んだり、知りたいことがあるとき、誰かに話を聞いてもらいたいときなど、活用しましょう。

た と え ば …

がんの医療情報の中から自分に合うものが見つけれない場合、がん相談支援センターでは、相談者と対話をしながら、情報を探すお手伝いをします。

たとえば、本を紹介したり、必要な小冊子を提供したり、パソコンをお持ちでない方に代わり、インターネットでの情報を探し印刷してお渡しすることもあります。

何より、相談することで、自分の中で問題が整理できるという利点があります。

がん相談支援センターは、医療機関によっては、「医療相談室」や「よろず相談」などの名称でよばれていることもあります。

がん相談支援センターでは、電話や対面での相談ができます。

(医療機関によって、可能な相談方法が異なる場合があります)



国立がん研究センター がん対策情報センター
がん情報サービス

【がん相談支援センターを探す】

<http://hospdb.ganjoho.jp/kyotendb.nsf/xpConsultantSearchTop.xsp>