

向き合う



がん患者である私は、患者と医療者が対等に対話する必要があると考える。そのためには患者が自身の「健康な生活観」を医療者へ提示することが大切だ。具体例として、私は主治医に「要望書」という形で伝えた。ただ、多くの方にとって、これまで考えたことのない「健康な生活観」を表現することは難しいだろう。そこで、所持率が高くなっている「お薬手帳」に本音を書き込み、少しずつ「健康な生活観」を医療者と共有する方法を提案する。

患医ねっと代表 鈴木 信行さん ②

手始めに、病院や診療所、薬局へ行く前に、処方されたものの飲んでいない残薬数をお薬手帳に書いてはいかだろうか。患者は医療者からの指摘を恐れ、少なく報告しがちだが、医療機関に行く日に自宅にある薬が何錠残っているのかを数え、その数をそのまま記載するのだ。患者にとっては自分の状況を他の人から見ても分かるようになる。医療者から指導を受けるかどうかよりも、事実を事実として共有することに重きを置いてほしい。

こうして状況を数値化するだけで、きちんと服薬するように行動変容する患者も少なくない。あまりに残薬が多い場合、薬剤師は医師に薬の必要性を照会して、薬の量を減らすように検討するかもしれない。正確な残薬数の記載は、見えを張らずに医療者と情報を共有することに慣れる一歩となる。

次のステップとして、それを

お薬手帳、情報共有に効く

数回した後には、医師や薬剤師からの指導内容や今後の治療計画、あるいは患者自身が認識している疾患名などもお薬手帳にメモする。

さらには、医療者への質問項目を事前に箇条書きにする。検査データを書き込むなど自身がお薬手帳に健康情報を書き加え、患者と医療者の情報共有ツールとして活用を広げてほしい。

このように自分の疾患をヘーッスにして情報を書き込み、さらに質問事項や診察室でのやり取りを記録していくと、自分にとっての「健康な生活観」が表れてくる。

理想の医療環境には、患者自身の参画が不可欠であり、実現可能であると私は考えている。そのステップは、患者自身では気づきにくいかもしれない。医療者が患者の能力に合わせ、段階的に誘導していくという教育も必要である。