書き抜き読書ノート 2063	2015 年 4 月 8 日

森清志著「納得のいく医療のために」日曜論壇、下野新聞 2014 年 8 月 10 日刊を読む

はじめに

（1）患者さんには、よりよい医療を受ける権利、医師や病院を選ぶ権利、治療を自己決定する権利、情報を得る権利、尊厳とプライバシーが守られる権利など、さまざまな権利がある。

（2）これらの権利を主張するだけでは、納得のいく医療および最大限の効果を上げる医療を受けることはできない。これらの権利を確保し、よりよい医療を受けるには医療従事者との対話とコミュニケーション力をつけることが必要である。

１．第一に、医者から病気を告げられた時、あわてずに自分の病気を知ろう。

（1）医師から「がん」だと言われても、決してあせらないで、とにかく一歩引いて考える。先入観も、今までの知識も、全部捨てて、まっさらな気持ちで考えていく。

（2）顕微鏡で細胞を検査して「がん」と確定診断されたら、がんの種類、遺伝子変異の有無、どの場所にできたがんか、どのくらい進行しているがんなのかを知るのも大切である。

２．第二に、必要な情報を病院で集める。

診察室でのコミュニケーションは真剣勝負であり、メモの用意をして診察に臨むことがよい。

３．第三に、質問上手になる。

（1）上手に質問するには、病気について自分でも勉強し、自分の考えを整理しておくことが大切である。メモを活用して、理解できないことや疑問点を整理し、簡潔な箇条書きにして次の診察で質問してみるとよい。

（2）重い病気や慢性の病気にかかった時ほど、冷静な立場の人と一緒に医師の話を聞くことを勧める。医師に説明を求めるには、タイミングが大事である。医師が余裕を持って話ができる時間帯を設定してもらうことも肝要である。

４．第四は、医師の話した内容を消化する。

図書館やインターネットを利用して、医師からの説明を復習し、自分でも勉強してみる。

５．第五。自分の希望を伝えよう。

（１）病気の治療法は一つではない。どんな状況においてもいくつかの選択肢がある。そして選択は、あなたのライフスタイルや希望によって個別化されるべきものである。

（２）治療の前はもちろん、治療の途中でも常に自分の希望や自分の最優先事項は何かを医師に伝えよう。

６．第六。セカンドオピニオンを聞こう。

セカンドオピニオンを取る目的は、自分の病気の診断や治療方針について、別の専門家の意見を聞くことである。恐れずにチャレンジしよう。

おわりに

（１）最後に将棋の故大山康晴名人の言葉を紹介したい。「得意の手があるようじゃ、素人です。玄人にはありません」。大駒の飛車角から小駒の歩兵までを自在に使いこなせないで、プロ棋士は名乗れまいということだ。

（２）日々進歩する医療の現場も同様で、患者の状態に応じて有効な治療方法を駆使できる医師こそがプロといえるだろう。私も、プロの医師をめざし、日々勉学することを肝に銘じて、私の日曜論壇を閉じる。

（前県立がんセンター副病院長）

［コメント］

前県立がんセンター副病院長で、現郡山市の坪井病院副院長の森清志先生によるがんと告げられた患者さんの基本動作はとても参考になる。

― 2015 年 4 月 8 日林　明夫記―