

森清志著「納得のいく医療のために」を読んで

開倫塾

塾長 林 明夫

1. おはようございます。開倫塾塾長の林明夫です。今朝も「開倫塾の時間」をお聴きいただき、ありがとうございます。明日の日曜日は、統一地方選挙の栃木県議会議員の選挙です。ぜひ棄権のないようによろしくお願ひします。大切な選挙ですので、くれぐれも棄権せずに投票所に行っていたければ有難いと思います。明日忙しい方は、今日のうちに不在者投票を済ませていただきたいと思います。
2. さて、「開倫塾の時間」は、皆さんと一緒に勉強の仕方を考える番組です。私は下野新聞の日曜論壇を読んでおりますが、そこに栃木県立がんセンター元副院長の森清志先生が素晴らしい内容の文章を去年の8月10日にお書きになっていらっしゃいました。そこで今日は、その文章の内容を紹介させていただきます。
3. テーマは、「納得のいく医療のために」です。森先生は、「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、情報を知る権利、最終的には尊厳とプライバシーが守られる権利など様々な権利がある。ただ、これらの権利を患者として主張するだけでは納得のいく医療や最大限の効果を上げる医療を受けることはなかなか難しい」とお考えです。そして、「これらの権利を確保してよい医療を受けるには、医療に携わる方々との対話やコミュニケーションの力をつけることが大事。医療を受けるには、医療従事者との対話やコミュニケーションの力をつけることが必要である」とお考えです。
4. そのためには、全部で6つのポイントがあります。第1は、医者から病気だと告げられたときに、慌てずに自分の病気を知ることです。例えば、医者からガンだと言われても決して焦らないで、とにかく一歩引いて考える。先入観や今までの知識を全部捨てて、まっさらな気持ちで考えていくことが大切だということです。顕微鏡で細胞を調べてガンと確定診断をされたら、そのガンはどのような種類なのか、遺伝子変異の有無はどうか、どの場所にできたのか、どのくらい進行しているのかを知ることが大切です。
5. 第2は、必要な情報を病院で集めることです。診察室でのコミュニケーションは真剣勝負ですので、できればメモの用意をして診察に臨むとよいと思います。そして、先生のお話になったことをよくメモしておくことも大切です。
6. 第3は、質問上手になることです。上手に質問するには、自分でも病気について勉強して、自分の考えを整理しておくことが大切です。メモを活用してよく理解できないことや疑問点を整理して

簡潔な箇条書きにし、次の診察で質問してみると素晴らしいと思います。思い付くまま質問するのも仕方がないかもしれませんが、理解できないことや疑問点をメモに簡潔にまとめて、「先生、これはどういうことでしょうか」と質問し、その答えもメモしておくということです。また、重い病気や慢性の病気にかかったときこそ、冷静な立場の人と一緒に医者のお話を聞くことをお勧めします。自分の親族や本当のご友人など、冷静な立場の人と一緒に医者のお話を聞くことが大事です。さらに、医者に説明を求めるときにはタイミングが大切ですので、できれば医者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大事だと思います。先生方も大切な仕事をたくさんなさっていますので、できれば「少し時間をいただけませんか」とお願いして予約をとり、上手にお話をいただければと思います。

7. 第4は、医者のお話した内容を消化することです。医者から受けた説明をメモして、その内容を図書館に行ったりインターネットを活用したりしてもう一回調べることも大切です。つまり、医者がお話した内容を自分なりに勉強してよく理解する・消化するということです。
8. 第5は、自分の希望を伝えることです。病気の治療法は一つではありません。どんな状況においてもいくつかの選択肢があります。その選択は皆さん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と、森先生はお考えです。治療の前は勿論、治療の途中でも常に自分の希望や最優先事項は何かを医者伝えることが大事だとされています。仕事なのか、家庭生活なのか、大事なことはいろいろだと思いますので、「今ここが一番大事なので、先生どうにかしてください」とお願いすることも大切だということです。このように自分の希望を直接お伝えしていただければと思います。
9. 第6は、セカンドオピニオンを聞くことです。セカンドオピニオンとは、主に治療していただいている医者の他に、別の医者からも意見を聞くこと、2番目の意見という意味です。この目的は、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す。いつもかかっている医者に申し訳ないなどと考えないで、恐れずにチャレンジしていただきたいと思います。
10. 最後に森先生は、将棋の大山康晴名人の言葉を紹介してくださっています。それは、「得意の手があるじゃないか。得意の手があるようじゃ素人だ」という言葉で、「玄人には得意な手はない。大駒の飛車角から小駒の歩兵まで自由自在に使いこなせないでプロの棋士は務まらない」とおっしゃっています。医者も日々進歩する医療の現場で患者さんの状態に応じて必要で有効な治療方法を駆使できる医者こそプロであるということで、森先生をはじめ先生方はプロの医者を目指して日々勉強しておられます。先生方はとても熱心に勉強なさっていますので、患者さんのほうも自分の納得のいく医療のために自分の病気を知ることが大事だとお書きになっています。
11. 今日は、栃木県立がんセンターの元副院長で、現在は郡山市にある坪井病院の副院長をなさっている森清志先生が下野新聞の日曜論壇にお書きになった「納得のいく医療のために」という文章を紹介させていただきました。