

第6回 ハートシェア 終了しました。

「他の人はどうしている？ 医師とのコミュニケーション」

H21年10月27日開催

がん相談のお電話で、「主治医に質問してみましたか？」と尋ねてみると、質問していない場合が多くあります。「こんな質問は恥ずかしいのでは…」と悩んだり、「忙しそうで話しぶらい…」と二の足を踏む場合が多いようです。

今回は、同じ悩みを持つ患者さまやご家族で気持ちを共有しながら、一步前に進むためにどうしたら良いか考えてみたいと思います。また当院の医師と研修医、研修中の医学生にも参加してもらう予定です。患者・家族が医師の前でどんな気持ちでいるか知ってもらうとともに、今後の方策を一緒に考えてみたいと思います。

ミニ講演として、がん相談センター小玉より「医師に上手く聞くコツ、病気を理解するためのコツ」も行いました。

以下は、患者同士で語られた内容です。

医師とのコミュニケーションの中でどんなことで困っているか？あるいは困ったか？

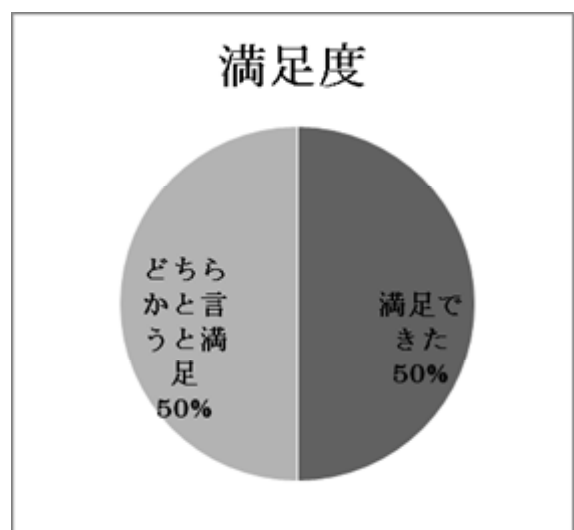
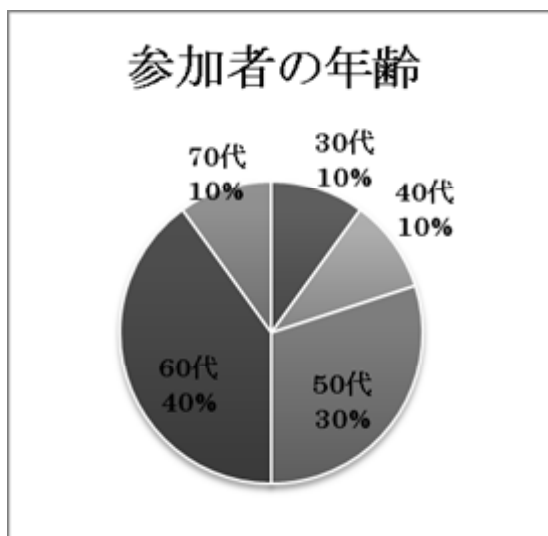
- ・聞きたいことがいっぱいあるのに言えない。「もしかしたら前に先生に言われたことがあるのではないか？」
- ・「外来で他にも待っている人がたくさんいる。聞きたいことがたくさんあるけど、私だけが時間をとったら他の人に悪い。」
- ・「看護師さんにまず話そうとも考えたけど、忙しそうだから申し訳ない。」などと思ってしまう。
- ・こんなこと聞いたら先生に笑われるのではないかと考えてしまう。
- ・家族としても聞きたいことがいっぱいあるけど、本人をさしおいてどこまできいていいのかわからないところがある。
- ・実際に頑張って聞いてみた。そうしたら先生は答えてくれてよかったけど、それでも次聞くときはまた聞いてよいか迷ってしまう。
- ・先生との相性があわない。
- ・聞きたいことが聞きつくせない。
- ・聞きたいことが5つあっても、全部に答えてくれなくてもよい。1つの説明の仕方によって先生を信頼できて安心できるか逆に不安になるか違ってくる。
- ・メモを持っていくのだけれど、出すタイミングが難しい。メモしてきたことも聞けなかったり、聞いたかっことを忘れてしまうこともある。
- ・症状がでて困っているけれど、先生に言うと「そんな症状は聞いたことないですよ。」とか「そんなこともありませんよ。」と軽くあしらわれてしまう。そうすると余計に言いにくくなって憂鬱になったり、不安になる。

医師とのコミュニケーションで困っていることがどうしたら少しでもよくなりそうか？よくなる工夫、対処法について

- ・メモを持っていく。そのメモは聞きたいことが羅列されているのではなく、まとまっていたり、優先順位がついて

いると医師もわかりやすい。どうすればまとまったメモをつくれるか？例えば聞きたいことを全部書いて(普段の生活で思いついたときにメモしておく)受診の前に赤線をひいたり、順番をつけたりして優先順位を決める。その作業をしていると自分の中で聞きたいことがまとまってくる。

- ・相性がよくなかったが途中で先生が変わった(異動などで) 逆に相性がよい先生が変わると困る。
- ・主治医を変えてもらう 先生としてはどう思うか？ 問題ないと思う。でも、そうなる前にいろいろ話し合いたい。もし、それが難しいならまず看護師や相談センターに間にはいってもらおうとよいのでは？
- ・医師への依存を多く持ちすぎない。全て医師任せという考えは持たない。
- ・先生が嘘でも最後に「お大事に」とか言って“にこっ”と笑ってくれると帰りの気持ちが全然違ってくる。それはいつもそうではないが、特に気持ちが落ち込んでいる時、つらいときはそれが支えになる。



不満・満足の理由・感想・要望など(原文のまま)

私は特別ちょっとした悩みでも聞いてもらえる家族や友等がないため、吐き出すことができなくてとってもスッキリしました。

相談支援センターの利用の仕方について外来予約の待ち時間によってもよいこと、また聞きたいことを外来窓口に出したならばカルテの中に入れて医師との話がスムーズに行くことがよくわかりました。ありがとうございました。外科外来でも医師、看護師さん共に親切なためとても感謝しています。

たいへん良かったです

質問のまとめ方がとても役に立った。

自分と同じ思いの人がいる事安心した気がした。初めての参加。また参加したいと思います。

メモを出すタイミングについてのアドバイスは参考になります。

このような会を続けられた方が良くと思う。がん相談室には行きづらいので

短時間の中で話すのでまとめあげたものに尽きてしまう。機会を増やしてほしい。

【当日の様子】

参加者は11名。それぞれ医師とのコミュニケーションについていろいろな想いを抱えており、話しても話しても語りつくせない・・・そんな印象であった。しかし、参加者からは「今までなかなか自分の想いを話せずにいた。でも今日は同じような想いを抱えている人と話せて心が軽くなった気がする。」という声が聞かれる。また、今回は当院の医師も参加し、患者さんと医師双方の立場を意識しながら“患者と医師のコミュニケーション”がどうすればより円滑になるかを話し合うことができた。コミュニケーションをどうするかという話だけではなく患者さん側からも医師側からも普段相手側が「こんなこと考えているんだな」というのを改めて確認できた会であったと思われる。

次回のハートシェアは、「在宅療養を支える家族の集い」です。