



けんこう 処方箋

北海道家庭医療学センター理事長 草場 鉄周

あなたも「自分だけの家庭医」を

家庭医が大切にするのが「統合ケア」と「個別ケア」である。

統合ケアは「包括ケア」「協調ケア」「継続ケア」という三つの要素が絡み合うもので、家庭医の診療の基盤だ。

おなかが痛い、腰が痛い、気分が落ち込む……。様々な不調を患者が訴えたとき、それぞれ「胃潰瘍」「変形性腰椎症」「うつ病」と診断をつけ、問題の8割は家庭医が解決する。しかし、腰痛が悪化し、足のしびれや脱力で歩きにくくなったときなど手術で治る可能性があれば、速やかに整形外科を紹介する。つまり、体の不調に幅広く対応する能力を持ちなが



イラスト・佐藤博美

調不良を訴えたときには、一時的に入院する施設との連携も欠かせない。様々な専門家や施設とのネットワークの要も家庭医が担う。これを協調ケアという。

ら、専門医療が必要なタイミングを見逃さない力も併せ持つのが家庭医なのだ。これを包括ケアという。また、年をとれば、生活面で不自由になる。必要な介護サービスや専門家と一緒に考えるのも家庭医の仕事だ。在宅医療を受けるときには、自宅を訪問する看護師やリハビリの専門家、薬剤師との協力が必要。体

調不良を訴えたときには、一時的に入院する施設との連携も欠かせない。様々な専門家や施設とのネットワークの要も家庭医が担う。これを協調ケアという。あらかたの問題が解決し、様々な専門家につなげてくれるのであれば、受診先をいくつも変える「ドクターショッピング」は不要になる。患者が家庭医に色々な問題を相談できることは、10年、20年と安心してかかり続けることにもつながる。長く受診すれば、医師は患者の人となりもわかるし、患者も医師を家族のように感じることもあるだろう。これが継続ケアである。こうした三つのケアの相

乗効果で、患者にとつての「自分だけの家庭医」がづくりあげられる。家庭医を持った患者はどんなことも家庭医に相談し、家庭医もまた患者の信頼に応えようと一生懸命に診察する。診断も正確になるだろうし、治療も患者一人ひとりの性格や好みを踏まえた柔軟でユニークなものになるだろう。これが個別ケアだ。医療の進歩、医療制度の変化はめまぐるしい。家庭医は様々な病気の知識を常に刷新し、最適なケアを提供したいと生涯学び続ける。そんな家庭医をパートナーにすれば、統合ケアと個別ケアの手厚いサポートのもと、多種多様に降りかかる心身の問題を乗り越えて健康な人生を送りやすくなるのではないだろうか？

あなたにもきっと、自分だけの家庭医がいるはずだ。