

病気を医療者任せにしない

医師との上手なコミュニケーションの取り方

市立岸和田市民病院 緩和ケアセンター
看護師 伊賀規子



がん相談支援センター

患者さんと医師は協力し合うパートナー

患者さんと医師とは、病気の治療という共通の目的のために、お互いに協力し合うパートナーです。

ご自身のこと・病気のことを医師（医療者）任せにしない、よりよいパートナーシップを築くためのコミュニケーションのコツをご紹介します。



医師とより良いパートナーシップを築くコツ

1. 自分のことを「伝える」意識をもつ
2. わからないことは遠慮せず聞く
3. 相手も人間、思いやりの心を忘れずに



1. 自分のことを「伝える」意識をもつ

- 医師は言わないと分からないことが多い
 - 「先生は分かっているだろう」は禁物
- 医師は忘れることも多い
 - 「先生は忘れるはずない」も禁物
- 患者さんの「伝える力」が治療の質にも影響する
 - 特に治療の副作用や体調は正しく伝えましょう！



自分の症状を伝えるコツ①

- 「いつから／どんなふうに／何が困る」を簡潔に
- 症状だけでなく、「困っていること」「生活への影響」「気持ち」を伝えると、医師も判断しやすい

例：「朝起きるときが特につらくて、仕事に行けない日もある」

自分の症状を伝えるコツ②

- 質問リストやメモを用意すると伝えやすい！
 - 「話したいことメモ」「聞きたいことリスト」など
- 治療ダイアリーやアプリを活用する
 - 日々の体調や気づいたことは、忘れずに記録しておきましょう
- 時には家族や友人など誰かに付き添ってもらおうと安心



2. わからないことは遠慮せず聞く

- 医師の説明が難しかったら、「すみません、もう一度お願いできますか？」と伝える
- 具体的に「〇〇ってどういう意味ですか？」「〇〇ということですか？」と聞くとよい
- 言いつらいことは紙に書く／看護師に相談する方法もある



- 「先生にお任せします」のときも、希望や心配は伝えておく
 - より自分に合った選択ができる
 - 例：「副作用が気になります」「なるべく入院は避けたいです」など
- その場ですぐに決めなくてもよいかを聞く
 - 慌てて決めなくてよいかを確認してみる
- 「納得して決める」 = 医師との共同作業

3. 相手も人間、お互い思いやりの心を大切に

- 医師も1日にたくさんの患者さんを見て疲れていることもある
- 「忙しいと思いますが、少しでも聞いてください」など、ちょっとした気遣いが、よりよいコミュニケーションにつながることもある



どうしても無理な時は 看護師や薬剤師に相談してみる



- どんなに工夫しても、「コミュニケーションがとれそうにない」「まったく相性が合わない」という場合は、看護師や薬剤師など、**他の医療者の力を借りる**
 - 担当医とうまくコミュニケーションがとれていないことを率直に伝え、自分の思いを話してみましよう
 - 解決策を一緒に考えます！
- 相談相手が見つからない場合は、自分の病院か、近隣のがん診療連携拠点病院にある「**がん相談支援センター**」に相談することも可能

患者さんと医師（医療者）は 協力し合うパートナー

患者さんと医師（医療者）とは、病気の治療という共通の目的のために、お互いに協力し合うパートナーです。

上手にコミュニケーションをとって、よりよいパートナーシップを築きましょう。

