

医師に尋ねるときは 質問リストを作成しておく

聞いたことを整理して箇条書きで簡潔に質問を書く

調べてみてわからなかったこと、メモや録音を確認してみて新たに疑問に感じたことなどが出てきたら、そのままにしておかず、次回の診察のときに尋ねることは、賢い患者であるための基本原則です。その際には、質問リストを作成して持参しましょう。

質問リストをつくるときは注意するポイントがあります。

医師にとって質問は大歓迎なのですが、整理されていない質問をたくさんされるのは、やはりつらさを感じてしまいます。私の患者さんのなかにも、ひと握りではあります。思いつくまま、脈絡のない質問を数ページにわたって書き連ねたリストをもってこられる方がいました。

次回診察時の質問リスト(例)

前回の診察での不明点

●●●●●という言葉の意味が、調べてみてもわからなかったのを教えてほしい。

不安・疑問に思っていること

- ・なぜこの薬が必要なのか?
- ・副作用はどのようなものか?
- ・副作用がつかった場合の対処法は?
- ・日常の生活でやめたほうがいいのか?
- ・お酒は飲んでもいいのか?

希望

病気が気がなくなって眠れないので、依存性のない睡眠導入剤を処方してほしい。