

ドクターや病院と良好な関係を  
築くために

JSSN (Japanese Social Services Network)

# 自己紹介

- \* 為石 万里子 / JSSN役員(総合病院勤務)
- \* ワトソン 美奈子 / 正看護師 元総合病院内科勤務
- \* 山越 美吟 / 在学看護師 公立小中高校

# Agenda

- \* 医師・病院の種類と選び方
- \* スムーズな受診予約
- \* 通訳サービスについて
- \* 受診前の事前準備
- \* アメリカの受診・診療の流れ
- \* 医師との接し方、良い関係の築き方
- \* 健康管理－人間ドッグ/健康診断・予防接種
- \* 診療記録の入手・管理

# 医師・病院の種類と選び方

- \* PCP (Primary Care Physician)とは何ですか？
- \* PCPになる医者とは？
- \* PCPがよく診る症状にはどのようなものがありますか？
- \* どうやってPCPを探したらよいですか？

# 医師・病院の種類と選び方

- \* 専門医にはどんな種類がありますか？
- \* 専門医への受診はどのように行うのでしょうか？
- \* どのように専門医を探したらよいですか？

# 医師・病院の種類と選び方

- \* 一度診療してもらった医師を変えない方がよいでしょうか？
- \* 救急のときには、Emergency Roomに行けばよいですか？
- \* 医師以外にほかの医療職で診療をしたり治療を行う人たちはいますか？

# (参考) 医師・病院の種類と選び方

- \* 専門医とは
- \* <http://www.certificationmatters.org/about-board-certified-doctors/about-board-certification.aspx>
- \* 専門医の種類
- \* <http://www.certificationmatters.org/about-board-certified-doctors/whats-so-special-about-specialties.aspx>
- \* Top Doctors (Seattle Metropolitan Magazine, Seattle Magazine)
- \* <http://www.seattlemet.com/health-and-fitness/articles/2011-top-doctors-august-2011/>
- \* <http://www.seattlemag.com/article/best-seattle/top-doctors/top-doctors-2011-398-best-physicians-puget-sound-region>
- \* Choosing your own doctor
- \* [http://kidshealth.org/teen/your\\_body/medical\\_care/own\\_doctor.html?tracking=T\\_RelatedArticle#](http://kidshealth.org/teen/your_body/medical_care/own_doctor.html?tracking=T_RelatedArticle#)

# (参考) 医師・病院の種類と選び方

- \* Emergency or Urgent Care? (Seattle Children's) (Appendixをご覧ください)
- \* <http://www.seattlechildrens.org/clinics-programs/urgent-care/checklist/english.pdf>
- \* Calling 9-1-1 日本語通訳の頼み方 Interpreter Services (Seattle.gov)
- \* <http://www.seattle.gov/police/contact/911.htm>



# スムーズな受診予約

- \* 受診予約にはどのような方法がありますか？
- \* 受診予約の際、何を聞かれますか？
- \* 紹介状は必要ですか？
- \* 数週間待たないと、予約がとれないと言われたのですがどうしたらよいのでしょうか？

# 通訳サービスについて

- \* 通訳サービスはどうやって利用できるのでしょうか？
- \* どの病院でも通訳サービスを提供していますか？
- \* どんなときに利用できますか？
- \* いくらかかりますか？

# 受診前の事前準備-満足のいく診療を受けるために

- \* 病歴、手術歴、検査歴、予防接種歴、家族の病歴
- \* 妊娠・出産時の状況 (子供がいる人)
- \* 現在/過去の症状
- \* アレルギー (食べもの、薬、レイテックス手袋、造影剤に対してなど)
- \* 現在飲んでいる薬 (日本語名と英語名、量、用途) と現物
- \* 処方箋を送ってほしい場所 (名前、住所、電話番号)
- \* サプリメント
- \* 質問リストの作成
- \* 家族、友人と一緒にいってもらう
- \* レコーダーを持って行って録音する、ノートを取る
- \* わかりにくかったら、絵や用語などを書いてもらう
- \* (参考) 日本語の診療記録を英語に翻訳する必要がある場合は、翻訳サービスを提供する会社を使用する方法もある

# (参考) 受診前の事前準備-満足のいく 診療を受けるために

- \* Pediatrics History Form MIT医療部小児科病歴用紙
- \* [http://medweb.mit.edu/pdf/japanese\\_peds\\_history.pdf](http://medweb.mit.edu/pdf/japanese_peds_history.pdf) (Appendix)
- \* Patient Health History 患者病歴用紙
- \* [http://medweb.mit.edu/pdf/japanese\\_health\\_history.pdf](http://medweb.mit.edu/pdf/japanese_health_history.pdf) (Appendixをご覧ください)
- \* 英辞郎 ALC
- \* [www.alc.co.jp](http://www.alc.co.jp)
- \* よく使用される医療用語 (Appendixをご覧ください)
- \* 翻訳・通訳サービス - Dynamic Language
- \* <http://www.dynamiclanguage.com/>

# アメリカの受診・診療の流れ

- \* 日本の健康保険は使用できますか？
- \* 受診前に、病院から連絡が来ることはありますか？
- \* 受診当日は予約の時間ぴったりに行けばよいですか？
- \* Registration (患者登録) では何をするのでしょう？
- \* 医師と会う前に何が行われますか？
- \* 医師の診察はどのように行われますか？
- \* 薬の処方、受け取りはどのように行われますか？
- \* 次回の予約はどのように取ればよいのでしょうか？
- \* クリニックを出る前に何をしますか？
- \* 後日電話がかかってくることはありますか？

# (参考) アメリカの受診・診療の流れ

- \* クリニック・病院で記入するフォームの例 (Swedish Medical Center Primary Care)
- \* <http://www.swedish.org/Services/Primary-Care-Service/Swedish-Physicians-Clinic-Network/SP-Forms>
- \* Providence オレゴン州 プライバシー管理についての連帯通知
- \* [http://oregon.providence.org/patients/aboutus/Documents/hipaa\\_nopp\\_japanese.pdf](http://oregon.providence.org/patients/aboutus/Documents/hipaa_nopp_japanese.pdf)
- \* 患者さんのプライバシー (Kobayashi Medical Clinic)
- \* <http://www.kobayashi-naika.com/05.html>

# (参考) 保険について

- \* 海外在住者と日本の医療保険、年金
- \* [http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/kaigai/nenkin\\_hoken/index.html](http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/kaigai/nenkin_hoken/index.html)
- \* 海外での医療を一部負担してくれる国民健康保険
- \* <http://www.add7.net/newyork/hoken.htm>
- \* 健康保険と医療に関する記事とリソース
- \* <http://www.kenkouhokenusa.com/>
- \* アメリカでの保険 妊娠と出産について (HI Japan)
- \* <http://www.medical-usa.net/index.htm>
- \* アメリカ医療保険用語解説 (健康保険USA.com)
- \* <http://www.kenkouhokenusa.com/glossary.html>

# (参考) 保険について — 一人で加入する場合

- \* Ehealth Insurance  
\* <http://www.ehealthinsurance.com/>
- \* Asuris Northwest Health  
\* <http://www.asurisnorthwesthealth.com>
- \* Group Health Cooperative / Group Health Options  
\* [www.ghc.org](http://www.ghc.org)
- \* Kaiser Foundation Health Plan of Northwest  
\* <http://kaiserpermanente.org>
- \* Lifewise Health Plan of Washington  
\* [www.lifewisewa.com](http://www.lifewisewa.com)
- \* Premera BlueCross individual Plans  
\* [www.premera.com](http://www.premera.com)
- \* Regence BlueShield  
\* [www.wa.regence.com](http://www.wa.regence.com)
- \* Time Insurance Company  
\* [www.assuranthealth.com](http://www.assuranthealth.com)



# 医師との接し方、良い関係の築き方

- \* アメリカ人は、どのように医師にコミュニケーションをとっているのでしょうか？
- \* 診療料とは別に、お菓子や謝礼金を持参する必要はありますか？
- \* アメリカでは、医師はどれくらいの時間を診療にさくのでしょうか？
- \* 医師の言うことに疑問があったり、納得できないときはどうしたらよいのでしょうか？
- \* 医師を変えるにあたって、スムーズな方法はありますか？
- \* 診療後に聞き忘れたことや、わからないことがでてきたのですが、どうするのがよいのでしょうか？

# (参考) 医師との接し方、良い関係の築き方

- \* Your Doctor Relationship (ConsumerReport.org)
- \* <http://www.consumerreports.org/health/doctors-hospitals/your-doctor-relationship/how-to-talk-to-your-doctor/getting-started/getting-started.htm>
- \* How to Talk to Your Doctor or Nurse (WomensHealth.gov)
- \* <http://www.womenshealth.gov/publications/our-publications/talk-doctor-how-to.pdf>
- \* Dr. Oz's Insider's Guide for Talking to Your Doctor
- \* <http://www.oprah.com/spirit/Dr-Oz-on-How-to-Talk-to-Your-Doctor>

# 健康管理－人間ドッグ/健康診断・予防 接種

- \* アメリカで人間ドッグはありますか？
- \* 鍼、マッサージなどはアメリカでもポピュラーですか？
- \* 予防接種のスケジュールはどうやって知ることができますか？
- \* 予防接種を受けないと学校には行けませんか？
- \* 大人も予防接種を受けるのでしょうか？

# (参考) 健康管理－人間ドッグ/健康診断・予防接種

- \* 予防接種に関するスケジュール (WA州) Kindergarten-12<sup>th</sup> grade
- \* <http://www.doh.wa.gov/cfh/Immunize/documents/vacreqschool11.pdf>
- \* 予防接種に関するスケジュール (WA州) ~19months
- \* <http://www.doh.wa.gov/cfh/immunize/documents/vacreqchdcare12.pdf>
- \* Certificate of Exemption
- \* <http://www.doh.wa.gov/cfh/Immunize/forms/default.htm>
- \* 子供の予防接種に関する違い (横浜市衛生研究所)
- \* <http://www.city.yokohama.lg.jp/kenko/eiken/idsc/disease/usaimmunization1.html>
- \* 大人の予防接種に関する違い (Kobayashi Medical Clinic)
- \* <http://www.kobayashi-naika.com/07.html>

# 診療記録の入手・管理

- \* どのように、色々なクリニックや病院で受けた診療記録を管理したらよいでしょう？
- \* 自分以外の家族の情報を取り寄せることはできますか？
- \* 自分の未成年の子供の診療記録には、全てアクセスできますか？

# (参考) 診療記録の入手・管理

- \* Personal health record: A tool for managing your health
- \* <http://www.mayoclinic.com/health/personal-health-record/my00665>
- \* What is a Personal Health Record (PHR)?
- \* <http://patients.about.com/od/electronicpatientrecords/a/phr.htm>
- \* Providing healthcare to minors under Washington law
- \* [http://www.washingtonlawhelp.org/documents/216941minors\\_health\\_care\\_rights.pdf?stateabbrev=/wa/](http://www.washingtonlawhelp.org/documents/216941minors_health_care_rights.pdf?stateabbrev=/wa/)