

医療に関する困りごとの相談は 「横浜市医療安全相談窓口」へ

電話番号 (原則30分以内)
045-671-3500

相談受付時間 (祝日・年末年始を除く)
8時45分～16時 月～金曜

詳しくはこちら

横浜市医療安全相談窓口 🔍



医療機関を探す 🔍

●横浜市医師会地域医療連携センター

電話で近隣の医療機関をご案内します。

TEL 045-201-8712 FAX 045-201-8768

月～金曜日 9:00～12:00/13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

WEBでも検索できます

※医療相談は受け付けておりません。(日本語のみ対応)



●医療情報ネット ナビイ

全国の医療機関・薬局について、診療日や診療科目といった

一般的な情報に加え、対応可能な疾患・治療内容、

提供しているサービスなどさまざまな情報から、

全国の医療機関・薬局を検索できます。



知って **得する!** 医療のしくみ

～安心して診察を受けるためには～



みなさんは 安心して医療機関を 受診できていますか？

医療のしくみを知っておくと
安心して診察を受けることができます！



持ち物・服装チェック!

- マイナ保険証(または資格確認書)や各種医療証
- お薬手帳
- 紹介状や検査データなど(転院の場合等)
- 診察しやすい服装

受診時

まとめておいた
メモがあると安心!

診察時には限りがあります。
診察までに疑問点をまとめ
優先順位をつけておくことも
大切です。

- 自分の症状や経過をなるべく正確に伝えよう
- 落ち着いて医師の話を聞き、メモを取ろう
- わからないことは理解できるまで質問しよう
- 薬のことは薬局、退院や転院のことはソーシャルワーカーなど、必要に応じて主治医以外にも相談してみよう
- 治療や手術の効果だけでなく、副作用や合併症などのリスクも確認しよう
- 入院や手術など大きな決断が必要になる場合や、込み入った話がある場合は、あらかじめ相談時間を確保してもらえるか医療機関に確認してみよう

質問例

- 病気の予後
(病気がどのような経過をたどるのか)
- 日常生活で気を付けることはあるか
- 次回の受診予定や受診の目安
(いつどんなときに
受診したほうがいいのか等)

受診時のメモを整理したり、
医療機関からの
書類・説明書を確認してね!



準備しておこう! ~安心して診察を受けるために~

日常から

現在治療中の病気や今までかかっていた病気など、「自分メモ」を作り、まとめておきましょう

(例)

病歴(手術歴) <ul style="list-style-type: none">・17歳 虫垂炎手術・56歳 高血圧症(継続治療中)	今飲んでいる薬 <ul style="list-style-type: none">・カルシウム拮抗薬(降圧薬)・防風通聖散(漢方薬)※お薬手帳を持参しても良いです。
アレルギー <ul style="list-style-type: none">・花粉 ・食物 ・薬等	生活習慣 <ul style="list-style-type: none">・飲酒 ・喫煙
家族の病歴 <ul style="list-style-type: none">・父: 糖尿病・母: 肝臓がん	

受診前

自分の症状を簡潔に伝えられるよう、準備をしておきましょう

(例)

症状 <p>みぞおち周辺が刺しこむように痛い。胸やけもあり。</p>	いつ頃から <p>1か月前から</p>
どんな時に <p>ほぼ毎日、食事をすると痛む。飲酒時も痛む。</p>	同様の症状での受診歴 <p>30代の頃に逆流性食道炎と診断され、服薬歴あり。</p>

Aさん 60代の例

まずは近所の診療所を受診しよう!

事例を見てみよう!

Aさんは、約2か月前から胃痛やお腹の張りが続いている。

大きな病院のほうが安心だろうと考え、大学病院へ行くと「選定療養費」という費用がかかった。

待ち時間が長く、検査にも時間がかかって半日がかりに。

医師から、慢性胃炎と診断され、**今後は診療所で診てもらおうよ**と言われてた。

医療のしくみをチェック!



医療機関には、日常的な病気の治療は診療所、高度・専門的な治療は大きな病院といった役割分担があります。専門的な検査等が必要なときは、適切な病院を紹介してもらえます。まずは近所の診療所を受診しましょう。

ご存知ですか?「選定療養費」

200床以上の病院に紹介状をもたずに初診で受診すると、「選定療養費」がかかります。これは、軽症の患者が大きな病院に殺到し、高度な医療を必要とする患者への医療の提供が困難になることを防ぐためです。

かかりつけ医を持とう

かかりつけ医は、日頃の健康状態を把握し、体調管理をサポートします。何でも相談できるかかりつけ医を持つことで、病気の早期発見・治療にもつながります。

Aさんもかかりつけ医を持ちましょう!



Bさん 70代の例

セカンドオピニオンは医療機関を変えることとは違う!

事例を
見てみよう!

Bさんは、腰痛でX診療所を受診した。

しばらく通院してリハビリを続けたが、
症状は改善しない。

そこで、セカンドオピニオンを求めようと、
Y診療所を受診。

すると、治療方針を提案され、元のX診療所に戻るよう促された。
引き続きY診療所に通院できるものと考えていたが、
セカンドオピニオンと医療機関を変えることは違うのか?

医療のしくみを チェック!

セカンドオピニオンは、納得して治療を選択するために、主治医以外の医師の意見を聞くことです。意見を聞いたあとは主治医と改めて治療方針を話し合うこととなりますので、医療機関を変えることとは異なります。医療機関を次々に変えることで治療方針が定まらず、適切な治療のタイミングを逃してしまうこともあります。



セカンドオピニオンの利用法

セカンドオピニオンは、納得して治療を選択するために有効な手段です。まずは主治医に相談し、紹介状(診療情報提供書)や検査データをもらい、セカンドオピニオンを実施している医療機関に相談しましょう。

費用はどのくらいかかる?

セカンドオピニオンを受けるには、紹介状の費用に加え、セカンドオピニオンをする医療機関への支払いも必要です。医療機関ごとに料金が異なり、多くの医療機関は、1時間あたり2~5万円程度と設定しています。

救急外来は急患への 診察・処置を行うところ!

事例を
見てみよう!

数か月前から、Cさんは聞こえづらいつ感じることがあった。

Cさんは心配になり、ある土曜日の夜に
近所の病院の救急外来を受診した。

ところが、待合室は人であふれ、3時間も
待つことになってしまった。

医師からは「緊急の処置を行う必要はなく、専門の先生もいないため検査もできない。日中に耳鼻科を受診してください。」と言われ、薬も1日分だけもらった。

医療のしくみを チェック!

救急外来は、緊急性が高い患者に必要な診察・処置を行います。軽症の場合は、後日、通常の外来診療で治療等を受けることとなります。薬も短期間の処方となるほか、重症者の対応が優先され、待ち時間も長くなる可能性があります。また診療体制に限られており、専門的な治療を受けられないこともあります。体調不良を感じたら、早目に平日の日中に受診しましょう。



かながわ救急相談センター

急なけがや病気で今すぐ受診すべきか、救急車を呼ぶべきかなどを相談したり、救急受診が可能な医療機関の相談もできます。



横浜市の救急医療を知ろう

初期・二次・三次救急に分かれ、各医療機関が役割分担をしています。初期救急では、日曜・祝日は各区の休日急患診療所で、夜間は毎日20時~24時に夜間急病センターなど市内3か所で診療しています。

横浜市の救急医療について ▶



#7119



または
045-232-7119
045-523-7119

※ダイヤル回線・IP電話はこちら