患者自身の医療への参画

¹⁾独立行政法人国立病院機構別府医療センター腎臓内科
河野 恵美子¹⁾

²⁾新潟県立十日町病院
吉嶺 文俊²⁾

〔日内会誌 110 : 262~267, 2021〕

ワンフレーズ メッセージ

自分自身の健康や疾病に関するさまざまな医療情報は、医療者だけでなく、患者さん自身の大切な宝物。上手に活かし納得の医療を共に育んでいきましょう。

Key words 健康ファイル, 幸せの黄色い綴り紐, インフォームド・コンセント, 医者にかかる10箇条, パーソナルヘルスレコード (PHR)

はじめに

かつての医療は全てを医師に任せる「お任せの医療」であったが、近年は「患者さんによく説明をし、患者さんに納得してもらって、合意のうえで医療を行う」というインフォームド・コンセント¹⁾の流れとなった。そして、2007年医療法改正にて1条の4第2項「医師、歯科医師、薬剤師、看護師その他の医療の担い手は、医療を提供するに当たり、適切な説明を行い、医療を受ける者の理解を得よう努めなければならない。」という条文が追加され²⁾、医療における患者の主体性が重視されている。

しかし、いきなり医師に何でも尋ねてもよいと言われても、実際には戸惑う患者さんが多

い。「いのちの主人公」「からだの責任者」として「賢い患者になりましょう」が合い言葉の認定NPO法人ささえあい医療人権センターCOML (コムル)^{3,4)}では、1990年より、患者・医療者双方のコミュニケーション能力を高める活動に取り組んでおり、患者が主人公になって医療に参加するための心構えを「新・医者にかかる10箇条」という小冊子に盛り込んでいる (図1)。

ここで、既報 (本シリーズ・過疎地の医療⁵⁾) に関連した話を紹介する。昭和50年代後半に文化人類学者の波平恵美子氏は新潟県のある雪深い山村を調査で訪れており、著書「いのちの文化人類学」⁶⁾にてこう記述している。

“人々は「病気で人は死なない」とか「病気は必ず治るものだ」という。そのような言葉を聞

Series : What is an Internist Practicing Community Medicine? ; Patients' participation in their own medical care.

Emiko Kono¹⁾ and Fumitoshi Yoshimine²⁾ ; ¹⁾Department of Nephrology, National Hospital Organization Beppu Medical Center, Japan and

²⁾Niigata Prefectural Tokamachi Hospital, Japan.

図1 新・医者にかかる10箇条（文献3，9）

くと、このムラの人々の「病気」と私自身の「病気」の内容が異なることにいやでも気付かされる。このムラの人々の考えでは、人が死ぬのは「病気に対して、適切な時期に適切な処置をしなかったから」であり、それはほとんど「事故死」に近いと考えているようだ。（略）「適切な処置」とは、休養する、医師の診察を受ける、入院する、手術を受ける、自宅で自家製薬を飲むことを選択はもちろん、医療を受ける場合には、どの病院のどの診療科をいつ訪れるかまで含まれている。その判断を的確に行うためには、何よりも自分の身体の状態をよく知っていること、そして主婦は家族の身体状態をよく把握していることが大切だという。”

治療医学が未だ発展途上とも言える時代に、辺地の人々がこのような病気観を持っていたことは驚きであるが、まさにここに患者・住民の

医療参画のヒントが含まれているのではないだろうか。都市部と比べて不便な暮らしのなかでの高い自己管理意識は、現代人もぜひ見習うべきである。さらに、彼らは念入りの情報収集も行っていた。

“人々は、交通不便な谷の最奥に住んでいるが、近くの〇〇市や〇〇市内の医療機関の状況を驚くほどよく知っている。医療機関ごとの診療科の名称を全部並べていうこともできるし、医師の数やその出身大学まで知っている人もいる。その理由は、ムラの中で病院に入院するひとがいと全戸から必ず病人の見舞いに出かけ、その際病気治療や医療者の対応や医療機関の設備など情報を仕入れてくるということらしい。そして、自分の家族が入院治療を受けるときの参考にするのである。”

このような背景のもとに著者や新潟県立津川病院の多職種と考案したのが阿賀町「健康ファイル」^{5,7,8)}である。

1. 事例提示

「健康ファイル」とは、健康や疾病に関するあらゆる情報を自分自身で管理するための支援ツールである。津川病院内科外来に通院する患者を対象に、市販の紙製縦型A4サイズのフラットファイルを基本に、診察券、お薬手帳ならびに画像情報を記録したDVD等を入れるためのクリアケースを付けて、外来主治医が有料で頒布した（図2）。

指導開始時は、まず外来診療時に実施した血液検査結果のコピーを自分で綴じてもらうことから始め、その後、ファイリングすべき資料、持ち歩くべき場面、見せた方がよいと思われる相手等具体的な活用方法に関する取扱説明書（図3）を表紙裏に貼り、ファイルの汎用性を高めた。原則として、医師・看護師・薬剤師等全ての医療関係者が、受診毎にファイルの内容を確認し、継続的に指導した。

図2 健康ファイル
紙製のA4フラットファイルに健康・疾病に関する情報を綴じしてもらうことで自己管理を促した。長年の利用者は5冊目を使用（右下）。

2. 事例から見えてくる課題・問題点

1) 健康ファイルに対する患者・住民と医療者の意見（表）

医師に勧められて利用する患者が最も多かったが、自己の振り返りから薬局や家族、そして、他の医療機関での情報共有まで至った事例も見受けられた。医療従事者からは重複処方や重複検査の回避等の肯定的な意見が寄せられたが、主に医師から「ファイルを見る時間がない」、「患者に説明する時間がない」、「面倒であり情報が不完全」という否定的な意見も挙げられた。それに呼応するかのように、患者側も「どこでファイルを出したらよいかかわからない」

「ファイルを持っていっても医師が見てくれない」という意見もあり、忙しい診療現場の実態が浮き彫りとなった。

2) 日常業務のなかでのサマリー作成

健康ファイルに綴じるべき情報として最も重要なのは「患者サマリー」である。それは、通常のカルテ記載のような日々の動きの速いフローカルテではなく、比較的動きの少ない確定した事実や背景情報をまとめたストックカルテ⁹⁾が望ましい。しかし、実際の日常業務のなかでのサマリー作成は容易ではない。そこで、診療情報提供書や入院総括等の既存文書を支障ない範囲で活用した。

健康ファイルはあなたのいのち
上手に使うとより良い暮らしをめざしましょう

このファイルに何をささむの？

- 医療機関でもらう書類
 - ・サマリー(かかりつけ医が作成した病状等のまとめ)
 - ・紹介状(すべての医師の診療情報提供書)コピー
 - ・病状説明に関する書類(医師以外からのもの)
 - ・検査結果報告書のコピー
 - ・手術の説明書と承諾書
 - ・診療明細書や領収書
 - ・予防接種済証
- 健康に関する手帳
 - ・おくすり手帳(説明書も)
 - ・糖尿病手帳、血圧手帳、ワーファリン手帳、健康管理手帳(肝炎など病気別にあり)、喘息日誌など
 - ・母子健康手帳、健康手帳(40歳以上)
- 健診結果(ドックなど)

いつ持ち歩くの？

- 診療所や病院にかかる時
 - ① 定期受診時(かかりつけ医など) 必ず毎回持っていく
 - ② 入院する時
 - ③ 救急外来を受診する時
 - ④ 外来で検査を受ける時
 - ⑤ 歯科受診(歯を抜く時など)
- 調剤薬局でお薬をもらう時
- 検診やドックを受ける時
- 健康教室に参加する時など

だれに見せるの？

- 信頼する家族(パートナーなど)
- お医者さん
- 歯医者さん
- すべての医療介護関係者：たとえば薬剤師、看護師、管理栄養士、医療相談員(ソーシャルワーカー)、保健師、リハビリ担当者(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)、民生委員、ケアマネージャーなど

あなたの“かかりつけ”とその連絡先は？

このファイルをご覧になる方へ

- 医療や健康に関する個人情報をもめたファイルです。本人(家族・後見人)の了解の下でご覧ください。
- 必要に応じてご本人への資料提供や一筆コメントをお願いします。
- さらに詳細な情報が必要な際は、ご本人了解後に直接上記連絡先へお問い合わせください。

図3 健康ファイルの取扱説明書

表 健康ファイルに対する患者及び医療者の意見

	患者・住民	医療従事者
肯定的意見	医師に勧められた よいものだと思う まとめられる 振り返りができる 薬局で見てくれる 他病院に行くとき、役に立つ 家族に見せると安心 特定機能病院受診時に携行・提示したら、とても有用とありがたがられた	他院との重複処方が判明し、対応できた 他院での検査結果がわかることで、当院での重複検査が避けられた 他院での診断病名がわかった 紹介状に患者情報を記載する手間が省けた
否定的意見	今は必要ない、必要だと思わない、持っていなくても大丈夫 お薬手帳等各手帳がある 大きくてカバンに入らない 必要性がわからない 持っていっても見てくれない どこで出せばよいかわからない	見ている時間がない 見ないと患者に不満を言われる 患者に説明する時間がない、面倒 情報が不完全

図4 定期外来で健康ファイルを利用している患者の割合
(津川病院, 2012年)

3) 要介護認定^{7,8)}

要介護状態にて自己管理が困難となった場合、「健康ファイル」に交換日記機能を追加した「連携ノート」にバージョンアップし(家族とは限らない),介護者や介護支援専門員と共に患者(利用者)を中心とした多職種間の情報共有を図った。

3. 地域医療ならではの対応

1) 住民との対話

医師(医療者)が白衣を脱いで地域の住民と直接対話する機会は極めて重要である(例えばナイトスクール^{注)})⁵⁾。顔の見える関係にとどまらず、腹を割って話し合えるような文化の醸成は、患者・医療者双方のコミュニケーションを高める活動^{3,4)}を促す。

注) ナイトスクールとは、一関市国民健康保険藤沢病院(岩手県)が長年実施してきた、住民のための勉強会の名称。この取り組みを2008年8月に新潟県阿賀町でも開始し、医師や看護師を含む医療関係者のボランティアが各地域に出向き、健康講話、医療相談、リハビリ体操などを行うとともに、健康ファイルの普及啓発活動も行っている。

2) 情報通信技術 (ICT) の利活用

救急医療の場面に健康ファイルがあれば、救急担当医が検査結果や処方薬を的確に把握し、迅速な診断や治療につながるかもしれない。ところが、健康ファイルは紙媒体であるため、情報が自動的に更新されるものではなく、健康ファイルの情報が常に最新の患者情報であるとは限らないという欠点がある。また、救急診療の際は患者自身も気が動転してファイル持参を忘れることが多く、救急隊との連携も限界がある。そこで、「うおぬま・米ねっと」(<http://uonuma-mynet.org/>)¹⁰⁾のように、ICT (information and communication technology) を駆使して医療情報と介護情報を共有し、地域全体の病院、薬局ならびに介護施設が1つの施設のように連携して医療・介護サービスを提供する仕組みが全国各地で構築されつつある。

現時点において、個人情報の保護も含めたシステムに対する信頼性の確立は未だ不十分であるが、紙媒体の健康ファイルを足がかりとして、将来的にpersonal health record (PHR) のような国民一人ひとりの生涯に亘る「電子健康ファイル」への発展が期待される。

4. 事例の転帰

著者が、健康ファイル普及啓発活動5年後に津川病院外来の定期受診者294名(男134:女160, 年齢75.0±9.5歳)を対象とし、健康ファイルの利用状況を調べたところ、健康ファイルを実際に「利用している」患者の割合は55.8%であった(図4)。利用者のうち、当院受診時に「必ず持参する」「たいてい持参する」と回答した者は90.9%であり、また、他科受診時には48.8%が、当院以外の医療機関の受診時に

図5 幸せの黄色い綴り紐

血液検査結果等の紙媒体資料は、将来、健康ファイルでも利用できるように、パンチで穴を空け、紐で綴じて患者に渡し、その綴り紐を用いた自己管理指導を行った。黒よりも黄色い紐の方が効果的な印象がある。

は38.5%が、健康ファイルを「必ず持っていく」と回答した。

利用者のうち、健康ファイルが「非常に役立っている」「役立っている」と回答した者は68.9%であり、その場面は定期受診時が最も多く、家族への健康状態の説明、他の医療機関受診時で

の利用が続いた。

なお、最近では、ファイルが大きくてカバンに入らないという意見もあったことから、携帯性を重視して「幸せの黄色い綴り紐」を用いた緩い自己管理指導をまず行い、将来的に健康ファイルにつなげることも試みている(図5)。

健康ファイルは簡便且つ低コストで有用なアナログツールであるが、患者自身の健康に対する関心と自己管理意識を高めると共に、家族やパートナーの医療への参画も期待される。

5. 内科医に対するメッセージ

患者自身の医療への参画が進めば、これまでの医療システムに確実な変革をもたらすであろう。そのためのヒントは巷に溢れており、特にデジタルとアナログの上手な融合が1つの鍵となる。医療はそもそも不確実であるからこそ、患者・住民と賢く対話を重ねながら「納得の医療を共に育む」姿勢が大切である。

著者のCOI (conflicts of interest) 開示：本論文発表内容に関連して特に申告なし

文献

- 1) 森岡恭彦：病院長のコーヒータイム。産業図書、東京、2006。
- 2) 町野 朔：インフォームド・コンセントの誕生と成長、医の倫理の基礎知識2018年版。日本医師会。http://www.med.or.jp/doctor/rinri/i_rinri/001014.html (参照2020.11.18)
- 3) 認定NPO法人 ささえあい医療人権センターCOML(コムル)。https://www.coml.gr.jp/index.html (参照2020.11.18)
- 4) 山口育子：賢い患者。岩波新書、東京、2018。
- 5) 吉嶺文俊、原 勝人：過疎地の地域医療の課題と実践。日内会誌 106：1151-1158, 2017。
- 6) 波平恵美子：いのちの文化人類学。新潮社、東京、1996。
- 7) 大生定義、他：「地域医療における内科領域の診療医(かかりつけ医)とは?〜新・内科専門医の医師像に迫る〜。第112回日本内科学会講演会 総合内科 専門医によるCPCおよび専門医部会。https://www.naika.or.jp/events/nenji/event-445/(参照2020.11.18)
- 8) 福沢嘉孝、他：新内科専門医による地域医療の実践〜地域包括ケア実現に向かう地域社会へのコミットメント〜。日内会誌 105：119-125, 2016。
- 9) 中村琢弥、雨森正記：地域医療の現場で機能する患者サマリーとは。日内会誌 107：2491-2497, 2018。
- 10) うおぬま・米ねっと。http://uonuma-mynet.org/(参照2020.11.18)