



家庭医って何のため？

ヨーロッパでは家庭医制度をとっている国が多く、家庭医というものに慣れていない日本人の中には、「家庭医は専門医にかかる前のハードル」といった誤ったイメージを持たれる方も少なくないようです。しかし家庭医制度というのは、実は患者さんを守るための優れた制度なのです。家庭医の役割を知って、上手に利用しましょう。

Text by 欧州日本人医師会 フライク幸子 医師／一般内科（フロイテンシュタット ドイツ）

+ 家庭医は最初の窓口

日本でも最近「ジェネラル医」「総合医」という言葉が広まってきたようですが、まだまだ自分で専門医のところに行くのが一般的かと思えます。

ところが、自分で何科に行くのかを決めるのは、そんなに簡単なことではありません。目が見えにくいから眼科、耳が痛いから耳鼻咽喉科、などはいいとしても、例えば吐き気ひとつでも、胃腸からきていることもあれば、心臓が原因だったり、脳腫瘍が隠れている場合もあります。脳腫瘍なのに胃腸の検査を受けて「異常なし」と言われて放置してしまつたら、命に関わるかもしれません。そのために家庭医が最初の窓口となって問診・診察し、簡単な症状なら自分のところですぐ治療、重篤な症状と思われる場合には正しい科に送ります。そのため家庭医には幅広い知識が必要となり、それはそれでひとつの専門医となっています。

ヨーロッパでは専門医の予約が数カ月待ち、ということも珍しくありませんが、例えばドイツでは、家庭医には基本的にすぐ診てもらえます。普通の予約枠と緊急予約枠が分かれていて、健診の予約は1カ月待ちでも、緊急の場合は即日か翌日には診てもらえるのが一般的です。家庭医が診察して重篤な病気の疑いを認めた場合、その緊急度に応じてすぐに専門医に診てもらえるように手配します。

予約を入れる時には、「病欠証明が必要」「痛みがある」など、はっきりと伝えるようにしましょう。

+ プライマリ・ケアの大切さ

専門医からの報告書は家庭医のもとに届きますので、家庭医は患者さんが掛かっているすべての医師のデータや服用薬などを把握していることとなります。報告書の内容を患者さんに分かりやすく説明したり、服用薬の処方を受けてコントロールするのも家庭医の役目です。

もうひとつ、家庭医の大きな役割に予防医学というものがあります。健診や予防接種などを定期的に行い、危険信号を見つけると、未病のう

ちに生活指導を行ったり、早期治療を始めたりします。また、毎回の健診のデータが蓄積されるので、前回との比較によって、危険信号にいち早く気付くことができるのです。

ヨーロッパの人は、日本人なら「え？そんなことで医者に行くの？」というほど小さなことでも、気になったり心配になると、すぐに家庭医に相談します。あらゆる健康上の問題に対し、総合的・継続的・全人的に対応する医療を「プライマリ・ケア」と呼び、それを担うのが家庭医です。

日本の成人は予防接種が十分でないことが多く、また国によって健診のプログラムが違いますので、ヨーロッパに来たらまず家庭医を決め、健診や予防接種の相談をしてくださいね。



欧州日本人医師会 電話無料健康相談のご案内

（ご注意：診察ではありません）

欧州9カ国、20名余りの非営利団体に属する日本人医師が、海外赴任や旅行など不慣れな海外生活での医療に関する、無料の健康相談を行います。

● 健康相談日時：火・水・木曜日

（ヨーロッパ中央時間）	水・木曜日	21:00 - 22:00
	火曜日	22:00 - 23:00
（イギリス/アイルランド）	水・木曜日	20:00 - 21:00
	火曜日	21:00 - 22:00

● 電話番号：+49 9951 9493 399

※この電話番号は相談専用電話のため、上記の時間以外は使えませんのでご注意ください。

無料健康相談担当医師一覧は以下のサイトでご確認ください。

<http://www.eu-jp-doctors.org>