

# 「精神科医の選び方と利用の仕方」

第107回日本精神神経学会学術集会市民公開講座

## 精神科への上手なかかり方

2011年10月27日

北里大学医学部精神科 宮岡 等

20111027

*Kitasato University Department of Psychiatry*

本講演は第107回日本精神神経学会学術集会が開催する市民講座です。本学術集会会長の推薦により演者が担当しますが、発表内容は演者の私見です。

20111027

*Kitasato University Department of Psychiatry*

# 精神科医の選び方

主治医以外の意見を求めた方がよい時

20111027

Kitasato University Department of Psychiatry

## 主治医以外の意見を求めた方がよい時(1)

### A. はじめて精神科にかかった時

- 1) 最初から同系統の薬剤が2剤以上処方された時
- 2) 自記式アンケートの結果だけで診断しているかのような時
- 3) うつ病症状だけ質問した後、「抗うつ薬をのんで休養をとれば治る」と説明された時
- 4) 副作用について説明がなかった / 副作用はないと説明された時
- 5) (施設の事情がありうる) 夜間や休日は一切対応できないと説明された時
- 6) (医師の事情がありうる) 主治医が「日本精神神経学会精神科専門医」でない時
  - ・心身医学会、心療内科学会専門医は専門が異なる。
  - ・心療内科だけ標榜している精神科医もいる。
  - ・若い医師は取得していないことがある。

(宮岡等:主治医以外の意見を求めたほうがよいとき,こころの科学 No152,2010年7月を改変)

20111027

Kitasato University Department of Psychiatry

## 主治医以外の意見を求めた方がよい時(2)

### B. 精神科で治療を続けている時

- 1) 悪くなったと言うと薬がどんどん増える時  
症状悪化の場合、疾患の増悪、薬の副作用や退薬症状も要検討
- 2) 同系統の薬剤が3種類以上処方されている時
- 3) 長期間の精神療法やカウンセリングでも改善しない時  
精神科医の診察は不可欠、カウンセリングと精神科治療は区別

### C. 大切なこと

- 1) よく主治医に尋ねて欲しい。質疑を通じた信頼関係が不可欠。
- 2) 医師が説明するのを拒否したり、質問しにくいような雰囲気になるなら、別の医師の意見を聞くことも考慮。

(宮岡等:主治医以外の意見を求めたほうがよいとき,こころの科学 No152,2010年7月を改変)

20111027

*Kitasato University Department of Psychiatry*

## 長期的にみた対策

- 相模原市で考えていること -

### 精神医療の透明性

- 1) セカンドオピニオン的な専門家の意見を求めやすくする  
場所、費用、自宅近くの調剤薬局の活用 / 相模原市は自治体で  
/ 紹介状必須にしないことも考慮
- 2) 地域連繋ネットワークを作る 診療の相互監視
- 3) 処方審査システム
- 4) 治療を議論する場を作る  
( 近隣の医師と面識がない時代になった)
- 5) マスメディアへの期待  
適切な情報を提供できているか、不確実な記載が含まれる  
新書の増加、広告との関係

20111027

*Kitasato University Department of Psychiatry*