

H29年3月

～よく読まれている本の紹介～

1. あたらしい皮膚病診療アトラス 2015年8月 中山書店
とても詳しく写真が載っているので、皮膚科に受診されている方が参考に調べています。処方された薬を貰うだけで薬の塗り方を医師に確認していない方が目立ちます
2. 血液さらさら健康辞典 2005年5月 時事通信社
血液と血管についての仕組みときれいな血液づくりについて書かれています。人気の本ですよ！
3. カラー図解人体の正常構造と機能 運動器 2012年1月 日本医事新報社
体の仕組みと機能を調べられる方が多くなりました
4. カラー図解人体の正常構造と機能 神経系 2012年1月 日本医事新報社
骨折した後の痺れや痛みについて不安がある方や怪我で断裂した神経の走行を理解したいと車椅子で見て調べています。
5. スーパー図解狭心症・心筋梗塞 2014年9月 法研
診察前に医師の説明が分かるようにしたいと読まれる方が多くなりました
6. よくわかる最新医学 下肢静脈瘤 2013年9月 主婦の友社
調べた上で相談したいと熱心に読んでいます。

～しらべる方が増えました！～

最近、来室される皆さんが、「受診する前にインターネットや本で医療情報を調べた後、ある程度知ってから医師と話したい」と話されます。受診後も結果を本で確認して行かれたり、検査結果をお持ちになり数値の意味を一つ一つ聞かれたりします。診察時に、聞かないんですか？と伺うと「時間が無いんだから悪いんだよ」と言われます。その方は、以前、他の病院の医師に聞いた時に怒られたので、「はい」と言う事にしていると話されました。

自分の意思是、どこに・・・と考えていた時に、インターネットで医療情報を検索して見ましたら「健康を決める力」と言うサイト（聖路加国際大学 中山和弘氏）を見つけました。それは「ヘルスリテラシーを身につける」という事が書いてありました。リテラシーと言う言葉は、文字についての読み書き能力を表しているそうです。一人ひとりがその力をその方なりに身につけていくと「本を読んでも分からない」という方が少なくなり、医師と病気について話し合うことが出来るようになる・・・。

少しのサポートがあれば理解が出来ることに、来室される皆さんは気が付いてきたのだと思っています。ヘルスリテラシーは年少児の頃から始めると良いようです。

家庭や地域での人間関係や生活環境により、思うように対処が出来ないと思われることがあると思いますが、取り巻く環境を健康的なものにすることで皆さんの生活の質がよくなるかも知れませんね。

～絵本以外に子供用に医療情報を探して配架するようにします！お楽しみに！～