

# パパ・ママが知っておきたい小児科受診のコツ

今日は、パパ・ママが知っておくとよい小児科受診のコツをお話しします。外来はパパ・ママ・お子さんとわれわれ医療者のコミュニケーションの場です。自分の伝えたいことをうまく伝えられると診察もスムーズになり、お子さんの治療にも役立ちます。

## 受診前にしておきたいこと

- 予約制の小児科では予約を入れましょう。混んでいる時に予約をしないで行くと長く待たされる結果になります。自由が丘メディカルプラザでは予約なしでも診察いたしますが、予約の患者さま優先になります。出かける直前でもいいのでお電話いただき、空き状況を確認していただくとよいと思います。予防接種と健診は完全予約制になっております。
- 保険証や医療証などをお忘れなく。
- 熱型表（熱をグラフで記録するもの）やおくすり手帳があれば持っていくとよいでしょう。
- 予防接種の際は、問診票をお手持ちの場合はあらかじめ記入しておくようにしましょう。今日の体調や1ヶ月以内にかかった病気、1ヶ月以内に接種した予防接種の記入漏れが目立ちますので、記入漏れの無いように。母子手帳も忘れずにお持ちください。



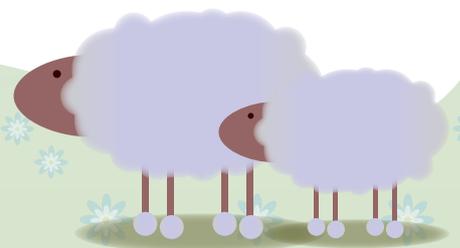
## 来院したら

- からだにブツブツ（発疹）がある場合は受付で申し出てください。ブツブツによっては他の方に向うつる病気もありますので、別室でお待ちいただく場合があります。
- からだがつらい場合は遠慮なく受付に申し出てください。ベッドに横になって診察を待っていただくこともできます。
- 診察室に入る前には診察をしやすいようにコートやセーターを脱いだり、ボタンをはずしておきます。つなぎを着ている赤ちゃんはホックをはずしてお待ちください。お部屋は暖かくしてありますが、寒い場合はスタッフにお声かけください。掛けものをお持ちします。

## 診察室に入ったら

- いつ頃からどのような症状が出たか、時間を追って説明しましょう。また、今どんな症状で困っているのかも伝えます。症状は以下のように具体的に伝えます。忘れそうな場合にはあらかじめメモしておくともよいかもしれません。

>> 裏面へ



- ・発熱：いつから熱が出たか、何度くらいまであがったか、日中は下がるが夜になると上がる、など（熱型表があれば見せてください）
- ・嘔吐：今までに何回吐いたか、最後に吐いたのはいつか、血は混じっていないか、など
- ・下痢：下痢の回数や便の状態（泥状か水様か、色はどんな色か、血は混じっていないか）など
- ・せき：乾いた咳か痰がらみか、夜間・寝ている時が多いのか日中も出るのか、咳き込んで吐いてはいるか、など
- ・鼻水：透明なのか黄色や緑色など色が付いているのか、サラサラなのかネバネバしているか、鼻づまりはあるか、など
- ・発疹：いつ頃から出始めたか、出ているからだの部分、など
- ・全身状態：ぐったりしていないか、顔色は悪くないか、水分はとれているか、食欲はあるか、など
- 今飲んでいのお薬やぬり薬などあれば教えてください。おくすり手帳があれば見せてくださると、次の処方への参考になります。必要に応じて以下のことを伝えてください。
  - ・乳製品や卵のアレルギーはないか
  - ・シロップと粉薬はどちらが飲みやすいか
  - ・1日3回飲めるかどうか（幼稚園や保育園に通っているので1日2回しか飲めない、など）
  - ・抗生剤を処方される場合は、以前飲めなかったり、下痢をしたり、ブツブツが出てしまった抗生剤があれば伝えていただけるとよいと思います。
  - ・座薬の使い方、目薬のさし方、薬の飲ませ方などわからないことがあればご相談ください。
- 聞いておきたいことや確認したいことは聞き忘れないように、あらかじめメモしてくるのもよい方法です。
- 診察が終わったら、次の受診が必要かどうか、予防接種の場合は次の接種時期などを確認しておきましょう。
- 処方されたお薬は全部飲みきったほうがよいのか、それとも症状がなくなったらやめていいのかも確認しておくといいですね。
- 診察が終わったらお子さんをたくさんほめてあげましょう。
- 次の受診の指示がある場合は受付で予約をして帰りましょう。

#### ● 自宅に帰ってから

- お薬をいやがって飲めないようでしたらもう一度受診しましょう。お薬の変更など、ご相談に応じます。また、薬はきちんと飲まないとお薬の効果は出ません。1日3回で処方されたものを自己判断で1日2回の内服にしないでください。
- 症状が改善しないようならもう一度受診をすることをおすすめします。再度受診の指示がある場合は予約の上、受診をしてください。

高嶋 能文



たかしま よしふみ  
高嶋 能文  
山梨医科大学卒  
日本小児科学会専門医  
日本血液学会血液専門医  
日本がん治療認定医  
日本感染症学会会員  
日本エイズ学会会員

自由が丘メディカルプラザ 小児科  
<http://www.jiyugaokamp.com/s>  
TEL : 03-5731-3565

