

診療所待合室
スウェーデンの医療

大山口診療所

久野 宣年

今年6月にスウェーデンの四つの病院を視察してきました。スウェーデンの医療について紹介したいと思います。スウェーデンは「高い税金と高福祉の国」といわれています。日本の介護保険制度もスウェーデンの在宅医療を参考にしている面があります。スウェーデンでは、医療と介護がはっきり分離しており、運営する組織も人も区別されています。

医療は、年間の必要な予算が県によって決められ、その計画に基づいて主に公共の地区診療所が医療を提供しています。1年間で何人位診療するかという予算の上限が決まっていますから、誰でもすぐ診療を受けられる、検査をしてももらえるというわけではありません。発熱などで診療を希望する場合は、かかりつけの地区診療所に電話します。予約なしで診療所に行っても、診察は予約で詰まっていますから、すぐには診てくれません。

電話には看護師が対応し、診察が必要かどうかを判断し、必要と思われる人のみ、予約を入れてくれます。それ以外の人には症状に応じたアドバイスをして家で様子を見るように伝えます。脳卒中や狭心症など急性疾患で救急車

を呼ぶ場合でも、まず電話で症状を聞き、救急車を出すかどうか決めます。

「日本では、診療所はもちろん病院でも、予約なしで行ってもその日のうちに診察を受けることができる」と話すと、スウェーデンの担当者は「それはすばらしい」と驚いていました。ヨーロッパの病院は待ち時間が長く、手術は何日、何か月も待つことがよくあります。

スウェーデンでは、医療がほとんど税金で賄われているわけですから、効率よく少ない検査で、必要な人のみ診療が行われることを追及しています。患者の希望があっても、高価な検査や治療を受けるには専門の医師の紹介が必要で、CT、MRI、胃カメラなどの検査は簡単には受けられない仕組みになっています。日本のように患者の求めに応じて高額な検査をしたり、診察の希望があれば毎日でも診察を受けたりすることは、すぐに診療所が赤字になってしまうので、スウェーデンではありえません。

スウェーデンは税金を基にして医療を提供していますから、その医療の内容や受診者数とその診療結果を正確に記録して県に報告しなければなりません。非効率なことや無駄と思われることはできません。胃腸などの延命治療も医療側からの宣告で拒否されます。そういう厳しさがあるのです。

日本が「情の医療」とすれば、スウェーデンは「理性と効率の医療」とみることもできます。

5 雷雨あり 暴風のあと 晴天なり
(投稿してくださった方 立林 典子さん)



(イラスト) 長谷川由美さん

「こころの健康カルタ」の利用について

日々の暮らしの中で大切にしたい言葉や行動が読み札になっています。心の健康づくりの一環として、このカルタを保健課で貸し出しています。また、こころの健康カルタ普及員による普及活動もおこなっています。各種会合、地域の行事に活用してみませんか？

<心の健康カルタ、心の健康相談
についての問い合わせ先>
保健課 ☎0859-54-5206

うつ病の養生のポイント 具体的な助言

- 回復をあせらない 「うつはよくなったり、悪くなったりを繰り返しながら治っていきます。回復をあせらず、通院を続けて休養と服薬を続けてください。無理せず気長に治療(うつ)に向き合うことが大切です」
- 重大な決断は先延ばしに 「うつのは、仕事(退職、転職、撤退、退学)、家庭(離婚、別居、転居)、生活(資産整理、破産)など重大な決断は、しばらく棚上げしておき、すぐには決断することはさげましょう」
- ゆとりのある生活を 「いつも完璧に、100%で達成しないと気がすまないという性格がうつ病の誘因となります。少し手を抜いて、何でも8割程度くらいにしておきましょう」
- 自分だけで抱え込まない
- アルコールの量に注意 「お酒を飲むと一時的に気が晴れた感じがしますが、うつが治ったわけではありません。抗うつ薬、抗不安薬の作用に影響を与えることもありますので一緒に服用することはさげてください」

睡眠キャンペーン「不眠とうつの関係」鳥取医療センター
睡眠外来担当医 高田耕吉氏 講演資料より抜粋

こころの健康カルタ…心の健康について正しい知識を持っていただき、より健康な町になることを願って作成しました。

こころの健康コーナー

こころの健康に関連する内容を掲載します。

