

# 家庭医療学

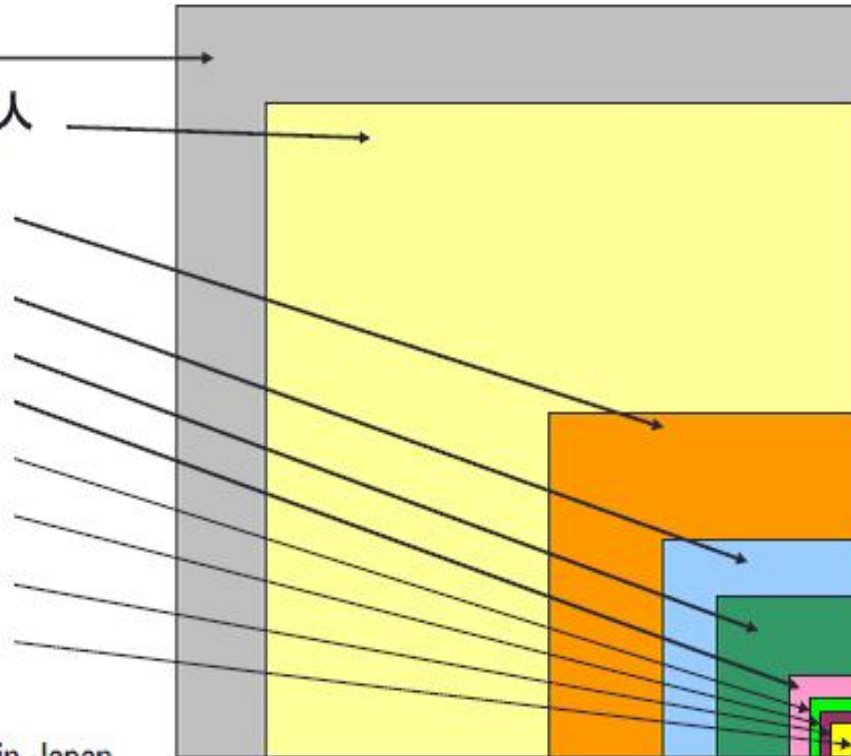


家庭医の1000人煮込み

## 日本人の受療行動



対象者 1000人  
何らかの体調異常 862人  
医師を受診 307人  
(開業医受診232人)  
病院の外来を受診 88人  
代替医療 49人  
救急外来受診 10人  
一般病院に入院 7人  
大学病院外来受診 6人  
在宅ケアまたは往診 3人  
大学病院入院 0.3人



地域ケア

診療所/在宅

外来診療

入院診療

The Ecology of Medical Care in Japan

Fukui T, Rahman M, Takahashi O, Saito M, Shimbo T, Endo H, Misao H, Fukuhara S, Hinohara S. JMAJ 2005;48:163-167

日本で用いられている地域包括ケアには、二つの独立したコンセプト: Community based care (地域を基盤としたケア) と integrated care (統合型のケア) がある。近年、この二つの方針をケアの中で統合させて組み込もうという議論が世界的に活発化している。

## Community-based care

- Community-based careには、地域の健康上のニーズに応えるという点から運営されるという性質がある。
- さらに、これは地域の特徴、その地域独自の価値観などに合わせて構築することができ、それは、一定レベルの住民による「地域参加」によって保障される。

## integrated care

- integrated careには、医療ケアにおける分断の減少や異なる組織のサービス提供の間の継続性や調整を高めるという目的を持つ体制と定義できる。

1) T. Plochg, NS. Klanzinger: Community-based integrated care: myth or must? International Journal for Quality in Health Care 14:91-101:2002

2) T. Plochg: Building a Tower of Babel in health care? Theory & practice of community-based integrated care, International Journal of Integrated Care. 6, e21:2006

# 地域包括ケアとは



- 地域包括ケアは自由だ
- 一人ひとりの”わがまま”にこたえられるネットワークや、自由な生き方を認め合う地域づくりこそが地域包括ケアの本質だ
- 昌子さんを支えるためにネットワークができた。昌子さんの状態が変わればそれに合わせて形を変えていくことができる。柔軟性と流動性のある生き物のようなネットワークだ
- 「情」の力を忘れるな。  
人は頭で考え、**情で動き**、腹で決断する。



患者には患者の  
体験、世界観がある。

医師には医師の  
見方があるように。

参考

# Disease(疾患)とIllness(病の体験)

疾患 disease	病い illness
病理学的、生物学的に 身体に起こっている変化	心や身体に起きる問題に ついてのその人個人の 主観的な苦しみ
主として医療者が使う 分類・ラベル	個人的体験
身体的・精神的障害 の両方を意味する	それぞれで独自のもの

# Illnessを聴取する”かきかえ”

- か（感情）
- き（期待）
- か（解釈）
- え（影響）

※元々の出典は”FIFE”

F（Feeling） I（Idea） F（Function） E（Expectation）



# 解釈 (ideas)

- 心身に起こった変化についての解釈をたずねる。

質問例：

- 「風邪ひいたことについて思い当たることや  
気になっていることはありますか？」
- 「この症状がどうして起こっているのか、  
何かお考えがあれば教えていただけますか？」
- 「主治医から今までも色々と説明してもらった  
とは思いますが、今実際、体にどんなことが  
起こっているとご理解されていますか？」



# 期待 (expectations)

- 患者が医師、医療者に何を期待しているのか、何を求めているのかをたずねる。  
病気の経過への期待・不安であったりする。

## 質問例：

- 「今日、この外来にいらっしゃった理由はなんですか？」
- 「今後のケアにあたり、こうしてほしい、こうなってほしいと期待されていることやこれはいやだなと思うことはありますか？」

# 影響 (function)

- この問題が日常生活、家族、仕事、人生の質や機能へ与える影響についてたずねる。

質問例：

- 「この咳のせいで日常生活上ではどんな影響が出ていますか？」
- 「この症状が今後もし続くと考えると  
どういうところで一番困りますか？」

# 感情 (feelings)

- どんな気持ちでいるのか、何をどのように恐れているのかをたずねる。

## 質問例：

- 「よりによって今か！と思う部分もありますよね。  
率直に言うと思うってますか？」
- 「今後に関して具体的にいうと、  
どんなふうに心配ですか？」
- 「今まで色んな事があり、苦勞もしてきて、  
思うところもあるんじゃないかと思います。  
率直に言うとなんな気持ちになってますか？」

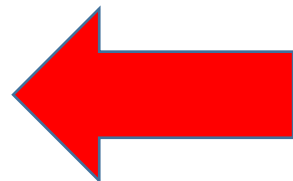
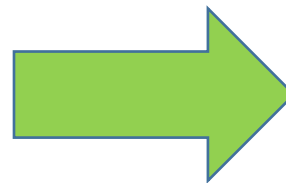


疾患や障害など、  
失われたものを  
みるだけではなく

残存機能やその人の強み  
プラス側面を活かす

参考

健康生成論



病因論

Health promotion



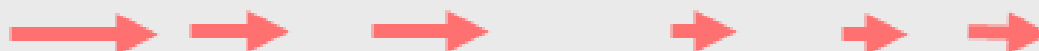
Salutogenesis



Pathogenesis



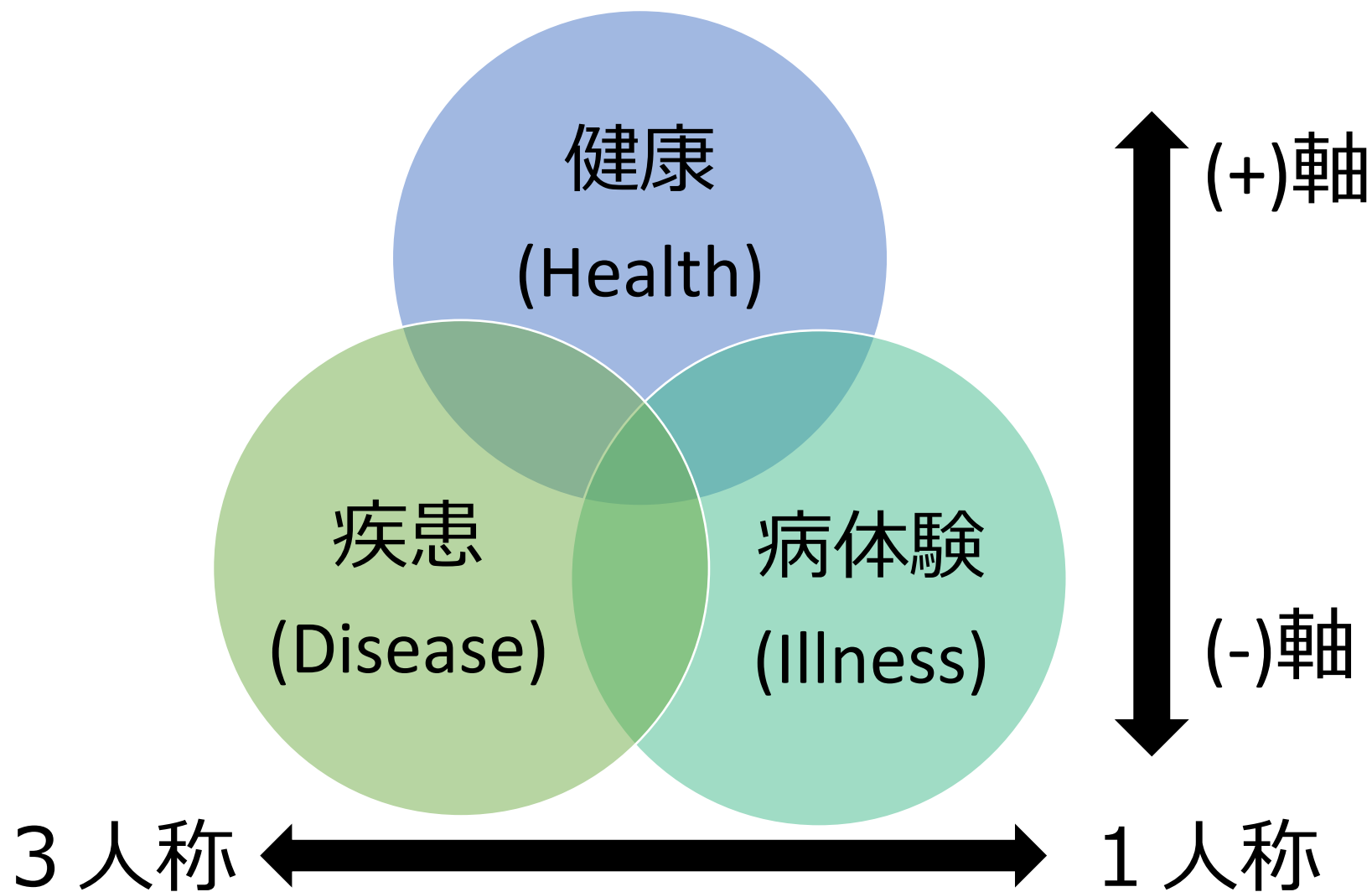
Disease prevention, cure and care



DISEASE  
ILLNESS  
SICKNESS

HEALTH-EASE  
WELL-BEING  
FUNCTIONING

# 「健康」と「病い」と「疾患」



# 健康・疾患・病の経験を探る

## 健康 (Health)

- その人にとって健康とは？ どうありたいか？
- 健康の意味、目標などを確認

## 病体験 (Illness)

- 患者(+ 家族)側が体験している主観的世界
- “かきかえ” (感情・期待・解釈・影響)で確認

## 疾患 (Disease)

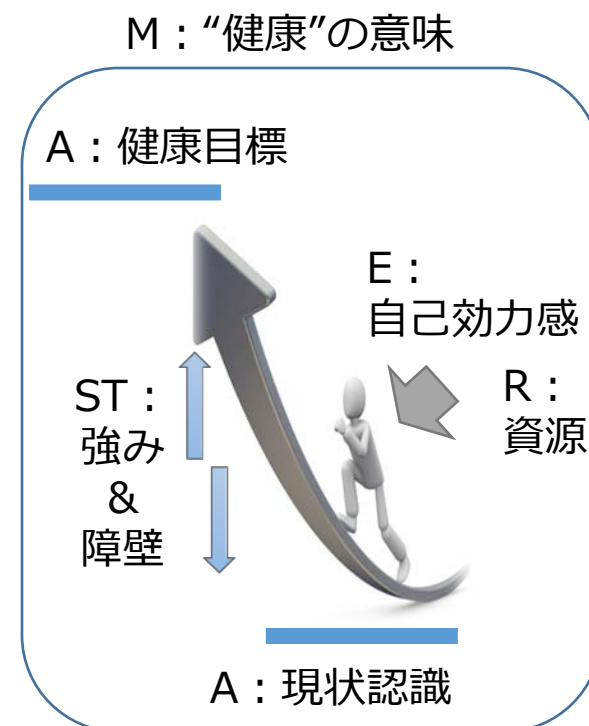
- 医療者側の世界
- 病歴/身体所見/検査などで確認する



# “健康”について問うてみよう

## 目指せHealth “MASTER”

- **M**eaning (“健康”の意味)
- **A**spiration & **A**ssessment  
(健康のゴールと現状認識)
- **S**trength & **B**arrier (強みと障壁)
- **E**fficacy (自己効力感)
- **R**esource (健康の資源)



# 意味 (Meenings)

- その人にとって「健康」が持つ意味を問う

質問例：

- 「まあまあ健康っておっしゃいましたが、“健康”って思うのはどうしてですか？」
- 「“健康”とはどういう状態ですか？」
- 「残された時間を“生きている”というのはどういう状態を意味していますか？」

# 目標と現状（Aspiration & Assessment）

- その人にとっての「健康」の目標を確認する
- その目標に対する現状認識を確認する

## 質問例：

- 「今は自分では健康と思っていますか？  
どういう状態なら健康って言えるんですか？」
- 「これからの体調管理についてこういう状態だったらいいのになーというのがありますか？」
- 「これからの時間という事を考えた時にこういう風な体調でいたいというようなご希望はありますか？それと比べて今はどう思いますか？」

# 強みと障壁

## (Strength&Barrier)

- その人の健康を強化する＋要因と  
健康に対して脅威となる－要因を探る

### 質問例：

- 「健康維持の秘訣はなんですか？」
- 「本当はやめた方がいいかなあと思うような行動はありますか？」
- 「今後の体調管理を考えた時に、これはやっておきたいな、やめておきたいな、そう思うようなことはありますか？」

# 自己効力感（self-Efficacy）

- 行動する自分の能力に対する自信・信念のこと

※「結果期待」と合わさって人間は行動する（詳しくは「社会認知論」）

質問例：

- 「その行動をする自信はありますか？」
- 「それってぶっちゃけ本当にできそうですか？」
- 「体調のよい日も悪い日もあるかもしれません。  
今おっしゃったことはできそうですか？」

# (健康の) 資源 (Resource)

- その人の健康を支えているリソースを確認する
- それは人・物・状況・行動・信念かもしれない

## 質問例：

- 「今の健康は何によって支えられていますか？」
- 「あれがあるからやっていけるんだよねーと思うような事や物、人ってありますか？」
- 「一番ご存知のように色々な事があります。病気や症状、様々な心配事もあります。そうはいつでも今のあなたの状態を支えているものは？と思うと何が思い浮かびますか？」



何かを“してあげる”こと  
それがいいとは限らない。

与える/与えられる関係から  
相互に与え合う環境に。

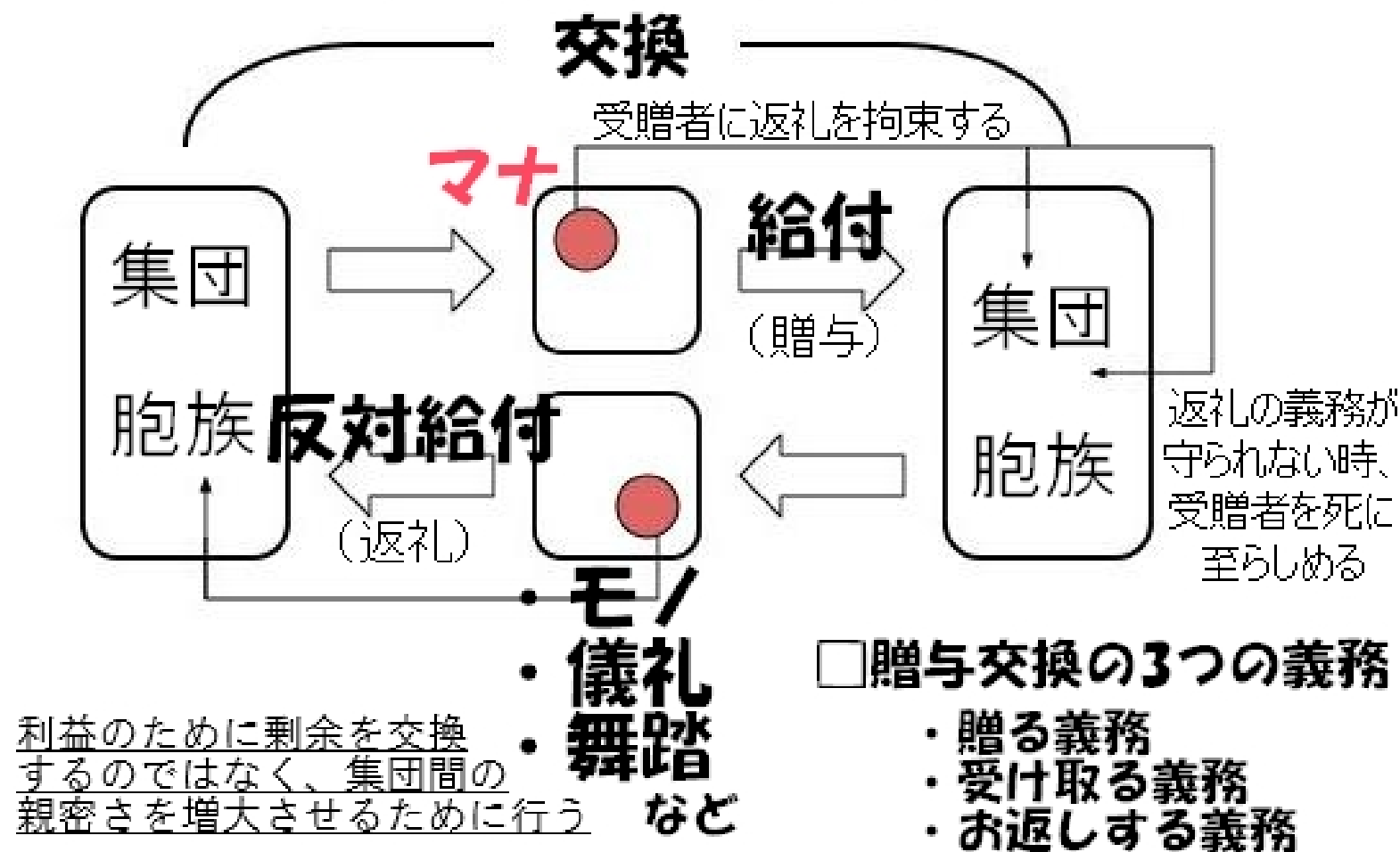
とびっきりの自慢をもらって  
ありがとうと言えるようになるろう。



# 贈与論

[https://sites.google.com/site/puissangsoo/document\\_archive/tool\\_for\\_struggle\\_against\\_capitalism/marcel\\_mauss\\_the\\_gift](https://sites.google.com/site/puissangsoo/document_archive/tool_for_struggle_against_capitalism/marcel_mauss_the_gift)より引用

## 全体的贈与体系





疾患が管理できても  
生活が成立しなければ  
意味がない。

生活を見る視点が必要。

なんで病院と地域はズレるのか。

## 病院

- 病気を治す場所
- ↑
- 原因追求と介入
- ↑
- 医学モデル

## 地域・在宅

- 生活する場所
- ↑
- 適応と支援
- ↑
- 生活モデル

⇒ 使用言語と優先順位が異なる