

かかりつけ医を持ちましょう

○かかりつけ医とは？

かかりつけ医は、けがや病気の治療のほか、日常生活における健康相談など、どの世代の方にとっても健康を手助けしてくれる医師のことです。身近で信頼できると思った医師であれば、その医師がかかりつけ医となります。



○かかりつけ医を持つメリット

- ▶ 健康についてなんでも相談できる
- ▶ 日頃の健康状態について助言してもらえる
- ▶ 病気の予防や早期発見・早期治療につながる
- ▶ 症状に応じた専門医を紹介してもらえる

緊急性の低い病気やけがの治療はかかりつけ医、緊急性の高い病気や手術などは大病院と、役割を分担して地域の医療を支えています。



Q かかりつけ医を選ぶポイントは？

A 近くの医療機関や相談しやすい医師など、自分に合ったかかりつけ医を選ぶことが大事です。

Q かかりつけ医は1人に絞らないといけなの？

A 内科や眼科など、診療科ごとに複数のかかりつけ医を選ぶことができます。

インフルエンザにご注意を

毎年秋から冬にかけて流行するインフルエンザが今年も猛威を振っています。特に幼児や高齢者、持病のある方などがインフルエンザにかかると重症化する危険性が高まります。高熱が続く、関節が痛む、呼吸が苦しいなどの症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

感染拡大を防止するためには？

- ▶ 帰宅時や食事前など、こまめに手を洗う
- ▶ くしゃみやせきが出ているときはマスクを着用し、使用後のマスクは放置せず、速やかに捨てる
- ▶ くしゃみやせきをするときは、ティッシュなどで鼻と口を覆い、他の人から顔をそらす



救急医療を守るために

高齢化が進む本市では、救急出動件数が高水準で推移しており、救急医療機関が逼迫しています。医療を担う医師や看護師など、医療機関には限りがあるため、一人一人が「上手に医療にかかる」ことが大切です。

詳細 医療政策課 ☎211-3517

診療時間内の受診を心がけましょう

救急（夜間・休日）医療機関では、緊急性の高い患者を優先的に診ています。小児科の場合、「休日の受診者のうち、7割程度が平日の受診や家庭内の処置でも対応可能な緊急性の低い方である」という医師の声もあります。緊急でなければ夜間や休日の受診は控えて、平日の診療時間内に受診しましょう。

○夜間・休日に緊急性の低い受診をすると…

- ▶ 緊急性が高く、受診が必要な患者が受診できなくなる
- ▶ 軽症では待ち時間が長くなるほか、十分な診療時間を確保できない
- ▶ 専門的な検査や継続的な治療ができず、後日改めて平日の日中に受診する手間が生じる
- ▶ 時間外加算が適用され、医療費が通常より割高になる



救急医療相談を利用しましょう

急な体調不良やけがをしたときの対応や処置方法を相談したり、確認したりできます。

全年齢対象

救急安心センターさっぽろ
☎ #7119

（ダイヤル回線・IP電話は ☎272-7119、
聴覚に障がいのある方は ☎241-7331）
※24時間365日受け付け



小児（0～15歳）対象

こどもの症状 受診の目安ナビ
（実証実験中）

子どもの急な発熱やけがなどで受診するか迷ったとき、症状を入力すると適切な受診の目安や家庭での処置方法が分かります。詳細は右上コードからご確認ください。

北海道小児救急電話相談
☎ #8000

（ダイヤル回線・IP電話は ☎232-1599）
※19時～翌朝8時まで365日受け付け

詳細

