

# 医療の**適正受診**にご協力をお願いします！

## 適正受診とは？

一人ひとりが適正に医療を受診していただくことで、医療費を削減し、地域医療の受け入れ体制を整えるものです。

※**適正受診は「できるだけ医療にかからない」というものではありません。**

- ・体の不調を感じたら、早期に医療機関を受診し重症化を防ぎましょう！
- ・様子を見ていて重症化をすると、治療に時間がかかり入院や通院で医療費が高額になる可能性があります。

## 適正受診のために

### かかりつけの医師・薬局を利用しましょう

何かあったときすぐに受診や相談ができるかかりつけの医師は、患者の病歴や体質などを把握しています。また、薬も飲み合わせによっては副作用があります。かかりつけ薬局では薬歴がわかるので、飲み合わせなども相談できます。

### はしご受診(重複診療)は控えましょう

同じ病気で複数の医療機関にかけると、医療費が増えるだけでなく、同じ検査や投薬によって体に影響を及ぼす恐れがあります。

セカンドオピニオンを検討する場合にも、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

### 夜間、休日の受診はよく考えてから判断しましょう

夜間や休日などの診療時間外に受診をする場合、割増料金で医療費が高くなるほか、急病人の治療に支障をきたす恐れがあります。

平日の診療時間内に受診ができないか一度考えてみましょう。

心配な場合は、下記の電話相談もご利用ください。

### ジェネリック医薬品の使用を検討しましょう

ジェネリック医薬品は既存の医薬品と同等の効能をもつ医薬品ですが、開発費用がかからないため、皆さんに処方されるときに料金が安くなっています。



### 【とちまる救急安心電話相談】

**急な病気やけがについて、経験豊富な看護師が相談に応じます！**

こども：概ね15歳未満もしくはその保護者

☎ 028-623-3511 プッシュ回線 # 8000

大人：概ね15歳以上

☎ 028-623-3344 プッシュ回線 # 7119

月曜日～金曜日 午後4時から翌朝 午前10時

土・日・祝休日 24時間（午前10時～翌朝10時）

詳しくは栃木県のホームページを確認してください。

