監修医師
メッセージ



札幌医科大学付属病院
消化器内科　教授
仲瀬 裕志 先生

我慢していることや不安なことを主治医に伝えましょう

潰瘍性大腸炎患者さんの中には、激しい腹痛や頻回の下痢、血便などにより、日常生活で困りごとを抱えている方もいらっしゃると思います。これらの症状をできるだけ早く改善するためには、あなたに合った治療を行うことが大切です。

治療を続けていても症状が改善せず我慢している状況や、将来に対する不安があるのであれば、主治医に伝えることがあなたに合った治療法を見つけるための一歩になります。本冊子で紹介している他の患者さんの本音をご覧いただくことで、ご自身の気持ちに気づき、主治医に相談するきっかけになることを願っています。

みなさんの本音も聞かせてください

治療、医師とのコミュニケーション、学校、仕事、日常生活で、
あなたの「こうなったらいいな」「こんな出来事があった」「こうしたらよくなった」
などのお声をお寄せください。

わたしのほんね　検索

おいしい健康アプリが 潰瘍性大腸炎患者さん向けの レシピや献立をご提案します！







#脂質カット
#手間カット
#消化にやさしい

おいしい健康アプリ 2週間無料

おいしい健康　検索

おいしい健康アプリ

お使いのスマートフォンで
二次元コードを読み取って
アプリをダウンロード！

記載されている内容は個人の体験に基づくものであり、すべての患者さんが同様であるわけではありません。

2024年6月作成
IBD24OK0301PA

潰瘍性大腸炎患者さん向け

みんなは
どう思ってる？



みんなの本音 BOOK 2



先生に
切り出し
にくい…

気に
なるのは
自分だけ？



潰瘍性大腸炎患者さんと 医師のコミュニケーションのヒントに

GILEAD　おいしい健康

他の患者さんの本音を知ってあなた自身の

みんなの本音

気になる症状、困った場面について先生にうまく伝えられない…。



子どもが小さいので、抱っこしているときやご飯を食べさせているときに急にトイレに行きたくなると、子どもを待たせてしまうことが悩みです。これをなんとかしたいです。

治療歴３年・30代女性



症状に波があって、診察のときには落ち着いていることが多いため、先生に辛さがうまく伝えられない。「血液検査の結果は悪くないので、このままこの薬を使っていきましょう」と言われてしまう。本当は、定期的にくる腹痛や血便をスッキリ治したい。

治療歴５年・30代男性



なんでも話せる先生でも恥ずかしくて伝えていないことってありますよね。異性の先生なので、便漏れ対策に普段から生理用品が手放せないということはなかなか打ち明けられません。

治療歴４年・30代女性



先生からひとこと

我慢してしまっているその症状、実は治療の変更が必要かもしれません。主治医にできるだけ具体的に伝えることでその辛さも伝わります。

改善したい症状がある場合は、具体的に主治医に伝えることがポイントです。1日の排便回数や便の色・状態はもちろん、どういった症状を止めたいと思っているのか、どんなときに困るのかを主治医が知ることで、よりよい治療提案に繋がる可能性があります。主治医にうまく伝えることができなかった場合は、看護師など他の医療スタッフに相談してみてもよいでしょう。

本音に気づくことが、よりよい治療の一歩に

みんなの本音

いまの薬が合っているのか。他の薬の選択肢も知りたい。このままずっと先が見えなくて不安…。

再燃期が続いていて、トイレが頻回なのでもっとよい治療がないか聞きたいけど、先生は忙しそうでなんとなく切り出せず、同じ薬をもらい続けています。

治療歴３年・30代女性

以前ステロイドを使用していて、大幅に症状が改善されました。副作用などに不安はありましたが、使ってよかったと思っています。ただ、いまは別の薬でよい状態が維持できているので、これが効かなくなったとき、ステロイドに戻るのは抵抗があります。他の選択肢があるのか聞きたいけど、まだ起こっていないことなので先生に聞きにくいです。

治療歴５年・30代男性

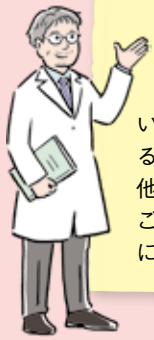


腹痛や下痢が突然襲うので、体調を安定させたいです。薬のことは先生におまかせしているので、他に選択肢があるのか聞いたことがありません。薬を変更することで、症状が改善するなら試してみたいけど、自分からは切り出しにくいです。

治療歴２年・40代女性

なぜいまこの治療をしているのか理由を知りたい。いつまで薬を打たないといけないのか、薬に依存するようになると効き目がなくなるのか、他の治療法はあるのかなど、全体的なプランを教えてほしい。

治療歴６年・20代女性



先生からひとこと

あなたの治療がいまどの段階なのか聞いてみましょう。

いまの治療段階や、今後治療がどう進んでいくのかを知ることが大切です。主治医からこれらの説明を聞く中で、他の治療法の選択肢も把握することができるでしょう。ご自身で情報収集された気になる治療法があれば具体的に質問してみてもいいかもしれません。