

## かながわ CD 会員のみなさまへ

2014年7月に行われたかながわ CD 医療講演会で講師をされた梅澤謙一先生が、講演中に紹介して下さったマイカルテの書き方をまとめてくださいました。これをご参考にみなさまご自身のマイカルテを作って、医療機関を利用する際に活用して下さい。

### 私の病歴(マイカルテ)

<b>氏名、性別、生年月日、住所、緊急連絡先</b> (とても重要です。特に緊急連絡先は重要！できれば2ヶ所くらい書いておきましょう。血液型などは輸血の際に必ず再度調べますので、書く必要はありません。)  <b>傷病名(現在治療中の病気)</b> (クローン病以外にも現在治療中の病気があれば挙げておきましょう。) #1.クローン病    #2.その他
<b>既往歴(過去の病気)</b> (これまでにかかった大病、入院や長期通院をした病気を挙げましょう。手術については専門的に書かなくても良いです。『小腸を一部切りました』程度で十分です。時系列順に並べると見やすいです。)  <b>症状経過</b> (クローン病の治療を中心に、他の病気も必要であれば挙げておきます。なるべく簡潔に、細かく書き込みすぎないのが重要！本当に大事な情報が薄まってしまいます。)  <b>現在の処方</b> (クローン病治療薬とクローン病に伴う合併症の治療薬、その他の病気でもずっと内服している薬を挙げましょう。一時的に処方された薬(花粉症など)は書かなくて良いです。) (内服量は一日合計で書いても良いですし、分けて書いても良いです。) 例:ペンタサ 500mg 6錠、もしくはペンタサ 500mg 2錠 3回
<b>備考(その他の重要な情報)</b> (お薬のアレルギー情報は重要です。抗生剤、造影剤、麻酔薬などのアレルギーなどの場合はしっかり書いておいてください。) (宗教上の理由で輸血拒否なども書いておきましょう)

◎このマイカルテは、医師が短時間でその患者さんのことを知るためのものです。ですから、丁寧な文章でなくても良いのです。基本的に箇条書きで十分です。

『2000年から2005年まで計6ヶ所の病院を受診しましたが、クローン病とは判明しませんでした。』『就職活動のストレスで悪化しました。』などの細かい情報は(気の毒な話だとは思いますが…)必要ありません。

◎健康食品などや医療以外の特殊な治療法については書いてもかまいませんが、入院時には基本的には中断することになります。

◎では、裏面に実際に私の場合で作成したものを例としてお見せします。個人情報丸出しなので、ある程度脚色しております。