

医療費適正化に

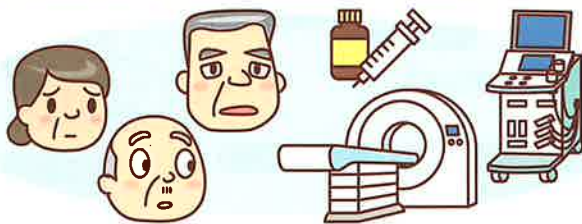
ご協力をお願いします

医療機関を受診するとき、私たち一人ひとりが適正受診を心がけることで医療費節約や医師の負担軽減につながります。安心な医療のため、できることから医療費の適正化にご協力をお願いします。

懸念される 医療費の増加

高齢社会の進行にともない、国民医療費は今後もさらなる増加が予想されています。こうした状況から、**健康寿命の延伸は医療費適正化の観点からも国の重要課題**となっています。

また、医療技術の進歩は、病気の治癒・改善手段を向上させていますが、高額な医療機器や新薬を導入することにより、医療費増加の一因となっています。



病気の早期発見が 医療費節約につながる

生活習慣病などの慢性疾患の患者が増えており、治療の長期化が医療費の増加を招いています。生活習慣病は自覚症状に乏しく、健診を受けなければ発見することができません。病気が重症化すれば治療のために多くの時間や高額な治療費が必要となります。

定期的に健診を受け病気を早期発見することは、回復を早めるだけでなく、医療費の節約にとっても重要です。



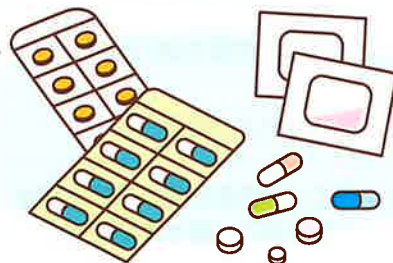
いつまでも安心して医療を受けるために

今後も医療費が増え続けると、私たちの加入する医療保険制度の運営に支障をきたし、保険料(料)の引き上げが必要となります。医療費適正化に努めることは、医療保険制度を健全化してみなさんの暮らしを守ることにつながります。子どもや孫の世代まで将来にわたって**みんなが安心して医療を受けられるよう、一人ひとりが適正受診を心がけましょう(裏面参照)**。



ジェネリック医薬品の積極的な活用を

適正受診と合わせて、薬と上手に付き合うことも医療費の節約方法のひとつです。**ジェネリック医薬品(後発医薬品)**は、新薬(先発医薬品)と同等の効果がありますが、価格が安く設定されています。新薬と同じ有効主成分で製造されており、国の安全基準を満たした信頼できる薬なので、**医師や薬剤師と相談して積極的に活用しましょう。**



病院・薬局に行くときに**注意**したいこと

＼こんな行為はNG!／

いきなり大病院

紹介状なしに大病院を受診すると、初診時に通常の医療費のほかに、「**選定療養費**」という特別料金が加算されます。

はしご受診・ひんかい頻回受診

同じ疾患で複数の医療機関にかかる「**はしご受診**」や、一定回数以上受診する「**頻回受診**」。いずれも医療費の増加につながるだけでなく、薬の重複や体の負担が心配されます。

コンビニ受診

軽症にもかかわらず休日や夜間に救急外来を訪れる「**コンビニ受診**」。救急医療機関は、緊急性の高い患者さんのためのもので、医療費も高く設定されています。



多剤服用

複数の病院に通っていて、それぞれの医療機関から薬が処方されていると、**効果の同じような薬が重複してしまう**ことがあります。飲み合わせによっては、効果が強まったり、副作用が生じる危険もあります。

薬の飲み残し

薬は飲み切ることによって回復が見込まれる量が処方されています。**自己判断で服薬を中断したり、飲み忘れないように気をつけましょう。**

＼私たちにできること／

かかりつけ医を持つ

「**かかりつけ医**」は頼りになる身近な健康アドバイザーです。気になる症状があれば、まずはかかりつけ医を訪ねるようにしましょう。

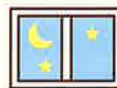
かかりつけ医のメリット

- 必要に応じて、専門医への紹介状を書いてくれる
- 病歴や体質などを把握して、適切な医療を受けられる
- 待ち時間が少なく、きめ細かい治療や相談ができる



基本は平日の時間内に

緊急時以外は**平日の時間内**に受診することを心がけましょう。判断に迷う場合は、電話相談や情報サイトを活用しましょう。



■全国版救急受診アプリ(愛称:Q助) 【総務省消防庁】

該当する症状及び症候を画面上で選択していくと、緊急度に応じた対応方法が表示されます。



■こども医療電話相談【厚生労働省】 #8000

夜間や休日に、急に子どもの具合が悪くなったときは、#8000に電話してください。小児科医や看護師から適切なアドバイスを受けられます。

かかりつけ薬剤師を持つ

「**かかりつけ薬剤師**」を決めておけば、複数の医療機関で処方された薬を一括で管理できます。お薬手帳を活用し、不要な薬をもらわないようにしましょう。

また、飲み残しの薬がある場合は、**医師や薬剤師に相談**してください。条件によっては再利用も可能な場合があります。薬を上手に管理することで医療費を節約しましょう。

