

# ティーペック健康ニュース

発行：ティーペック株式会社

## 今月のテーマ『セカンドオピニオンを活用するために』

主治医とは別に診断や治療法などについて「第2の意見」を求めるのが「セカンドオピニオン」。医療が高度化し、1つの病気にさまざまな治療法が存在する現在、患者が納得して治療を受けるために大変重要になってきています。しかし、「セカンドオピニオン」という言葉を聞いたことはあっても、どのような状況のときに、どうやって利用するのか、詳しい内容については一般的にはまだ浸透していないのではないのでしょうか。

家族や自分自身が命に関わるような病気と診断されたり、手術等が必要になったときに、納得のいく最善の治療法を選択できるよう、今からセカンドオピニオンについて理解を深めておきましょう。

### より良い治療を求める患者の権利

「セカンドオピニオン」とは、納得のいく治療法を患者が選択できるように病状や検査・治療の選択肢などについて、現在診療を受けている主治医以外の医師に「意見」を求めることをいいます。「セカンドオピニオン」で、医師を替えたり、転院したりすることではありません。「セカンドオピニオン」は、インフォームド・コンセント（説明と同意）が発達したアメリカで始まった医療システムです。

日本ではセカンドオピニオンに対する認識が歴史的にまだ浅く、利用したくても「主治医が気分を害するのではないかと心配して言い出せず、納得しないまま治療を続けたり、他の治療法の検討もしないまま治療を受けていたりしています。しかし、より良い治療、納得のいく治療を求めるのは患者としての「当然の権利」です。診断や治療法に疑問や不安がある場合は、躊躇せず主治医にセカンドオピニオンを受けたいと相談をしましょう。「その治療法にどんなリスクがあるのか」「他にどんな選択肢があるのか」などを知っておくことは、自分の病気の治療法を主体的に選択するために非常に重要です。

最近では、がんの治療や大きな手術の場合には、主治医の方から「セカンドオピニオンを受けますか？」と聞くケースも増えてきました。大きな病院では続々と「セカンドオピニオン外来」が開設されています。セカンドオピニオンは特殊なものではなく、今の時代のスタンダードと考えてよいでしょう。

### セカンドオピニオンで納得のいく治療を

とはいえ、病気の診断や治療、手術の方法について検討するときは、セカンドオピニオンを考える前に、まず、主治医の意見（ファーストオピニオン）をよく聞くことが大切です。分からないことは質問し、自分なりに病状や今後の見通しなどを十分に理解しておく必要があります。

その上で、診断の内容や治療法に疑問があったり、別の治療法と比較したかったり、新しい薬や最新の治療法を知りたいという場合、主治医に申し出て他の医療機関でセカンドオピニオンを

受けることができます。その際は主治医に紹介状（診療情報提供書）を書いてもらい、病理検査、内視鏡検査、画像診断などの診療情報を提供してもらう必要があります。「セカンドオピニオン」を行う医師は、提供された診療情報や紹介状の内容を確認し、患者に対して病状や治療に関する意見を述べます。

「セカンドオピニオン」を受けた後は結果を主治医に報告し、それを基に主治医と意見交換をしながら治療法を検討して最終的な治療法を自分で選択します。主治医の勧める治療法に納得し、その治療を継続する場合はそのまま同じ主治医から治療を受けます。別の治療法を選択する場合でも同じ主治医から治療を受けることもできますし、他の医師・医療機関の方が適切な場合は必要に応じて紹介状を書いてもらった上で、他の医療機関に受診することもできます。

### 【セカンドオピニオンを上手に受けるための7つのステップ】

#### 1. 主治医から十分に説明を受け、理解する

患者の病状を最もよく理解しているのは主治医です。主治医の説明や意見を理解していないと、セカンドオピニオンと比べることができません。

#### 2. 「セカンドオピニオン」を受ける医療機関へ確認する

医療機関によって受け入れ体制、必要書類等の条件が違います。受診前に医療機関に連絡して、予約の有無、持参する資料などを確認しましょう。

#### 3. 紹介状や検査データを用意する

主治医から紹介状と検査データをもらいましょう。それがないと、検査をやり直すことになり、時間とコストの無駄になります。

#### 4. 経過と質問点をまとめておく

わざわざセカンドオピニオンを受けに行くなら、漠然と相談するだけでは意味がありません。これまでの経緯や質問点、主治医の意見などをまとめておきましょう。

#### 5. 情報を味方に付ける

患者が病気をどこまで理解しているかで、医師に質問できる内容が違ってきます。

#### 6. 手順をよく考えて行動する

セカンドオピニオンには手間と時間と費用がかかります。二度手間、無駄足を避けるために、計画的に行動しましょう。

#### 7. 主治医への報告を忘れずに

セカンドオピニオンを受けても、主治医と縁が切れるわけではありません。主治医にきちんと報告すれば、術後等にまた主治医の下に通うことも可能です。病状等に応じて、セカンドオピニオンを受けた先で受診を続けるか、主治医の下でみてもらうか、相談により適切な診療が受けられるはずです。



セカンドオピニオンと似て非なるものとして、「重複受診」「はしご受診」があります。なかにはセカンドオピニオンと混同している人もいます。これらは、同じ病気でいくつもの医療機関を重複して受診したり、次々と医療機関を替えてはしごして受診することです。こうした行為は診察だけでなく検査も薬もその都度新しく必要となるため、無駄な医療を受けることになり、余計な医療費がかかります。そのため医療費の多くを負担する健康保険の負担も大きくなることから、医療費の無駄遣いとして社会問題になっています。

また、たくさんの医師のオピニオンを集めるだけで治療を開始しなければ、その間に病気の進行を招くことにもつながります。さらに主治医が定まらないことは、治療法の比較、検討の際に相談できる専門家がないため、患者にとって治療上のマイナス点が少なくありません。

診断や治療に迷ったらセカンドオピニオンを受けると同時に、その後も親身に相談に乗ってもらえるよう、主治医との信頼関係をしっかりと築いておくことが、ベストな治療法を選択する近道です。

<参考資料>

『病気やけがをしたときの受診の常識』(編集・制作／特定非営利活動法人医療保険制度啓発推進協会・発行／社会保険研究所)  
ほか

原稿・社会保険研究所©