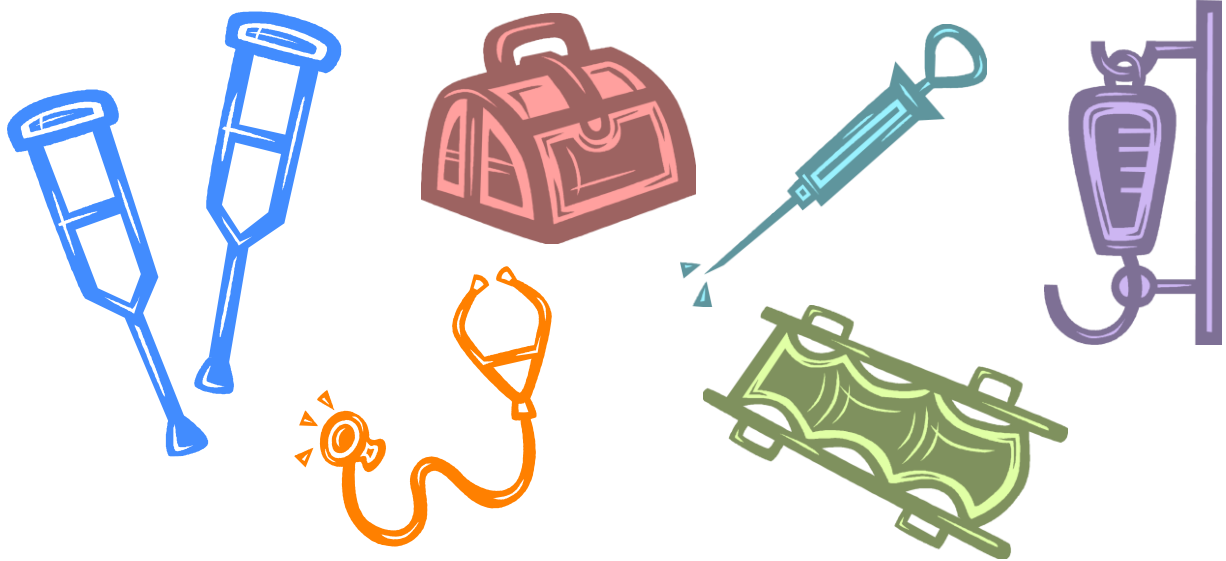


一般向けパスファインダー

## 健康・医療情報を調べる



健康や医療は、私たちの生活から切り離せないものです。でも、いざ自分や家族の体調が悪くなると、どうすればいいかわからなくて慌ててしまったり、処方された薬の詳細がわからなくて困ってしまったりすることはありませんか？ このパスファインダーでは、そのようなお悩みや疑問、不安解決の手助けとなる資料の一部をご紹介します。

- ★ 各資料の詳細は、蔵書検索システム（OPAC）でご確認ください。  
（所蔵館によって、出版年や分類番号が異なる場合があります）
- ★ 図書館では、資料や情報の提供は行えますが、健康相談や、診断・治療・薬についての判断など、医療上のアドバイスは行えません。ご了承ください。

## ① 健康・医療情報を調べる上での注意点

健康・医療情報を調べる際には、  
以下の点にご注意ください！

★ 疑問や不安を感じたら、医師に相談しましょう。

- ご紹介した書籍などの情報をもとに、医師に処方された薬の使用方法を自己判断で変えたり、使用を中止したりするのはおやめください。疑問や不安が生じた場合は、必ず医師に相談しましょう。

★ 新鮮な情報かどうか確認しましょう。

- 発行から時間が経った紙媒体の資料は、情報が古く、間違っている場合もあります。また、最新の情報を調べているときは、図書資料だけではなく、インターネットを検索してみるのも有効です。
- ご紹介した資料に載っている医療機関の情報は、資料の刊行当時の情報です。受診の前に、当該医療機関にお問い合わせください。

★ ランキングや口コミは参考情報と考えましょう。

- 病院ランキングや口コミなどの情報は、評価方法・基準などに注意し、あくまで参考情報ととらえましょう。



## ② 蔵書検索システム（OPAC）で調べるには

図書館の本は、蔵書検索システム（OPAC）を使って調べられます。  
OPACは、図書館内の端末機か、図書館ホームページから利用できます。

### <図書館内の端末機から検索するとき>

### <図書館ホームページから検索するとき>

★OPAC の詳しい使いかたを知りたいときは、画面右上の「？」マークのところに  
あるヘルプページ、または、図書館ホームページ（トップ>パスファインダー）の  
「パスファインダー 基礎編その1」のページをご覧ください。

### ③ 病気の詳細を知りたいときは

特定の病気について、症状やその対処方法を知りたいとき、または、症状から病名を調べたいときには、病気の事典が頼りになります。



#### 『家庭の医学 オールカラー版 第3版』

川名正敏／総監修、成美堂出版／発行、2016年（598セ）

読みやすさにこだわった、オールカラーの医学事典。豊富な写真・イラストとともに、病気の原因、治療・手術、予防・介護を専門医がわかりやすく解説している。



#### 『家庭医学大全科 6訂版 BIG DOCTOR』

高久史麿、猿田享男、北村惣一郎、福井次矢／総合監修、法研／発行、2010年（R598ホ）

2600を超える病名を収録。病名と症状から引ける。一般向けとしては収録項目が多く、解説も詳細。人体の構造や各器官のはたらきをカラーの図でわかりやすく紹介したページもある。



#### 『家庭医学大事典 新版 ホームメディカ』

小学館・ホームメディカ編集委員会／編集、小学館／発行、2008年（598シ）

各病気の解説に加え、生活習慣病の予防や、がんの治療法、海外旅行の健康知識や献血・骨髄ドナーの知識などの解説も豊富。また、健康診断の結果の見方と対策について、比較的詳細な記述がある。



## 『子どもの病気 SOS そんなときどうする?』

草川功/監修、マガジンハウス/発行、2017年(598マ)

子どもがよくかかる病気や家でのケア、薬の飲ませかたまで、イラストや写真を使って解説。予防接種・定期健診についてなど、お母さん・お父さんへのアドバイスも満載。

### —闘病記・患者会について—

「闘病記」は、病気と闘う患者やその家族、彼らを支える方々  
が書いた、治療などの記録です。病気と向き合う心情、治療の  
過程などがリアルに語られています。

出版されている各闘病記をまとめ、インターネット上に掲載  
しているサイトもいくつかありますが、各病気からさがすことも  
でき、大変便利です。ここでは、その一部をご紹介します。

- 東京都立中央図書館 公式ホームページ 闘病記文庫リスト  
([http://www.library.metro.tokyo.jp/reference/central\\_library/health\\_medical/tabid/418/Default.aspx](http://www.library.metro.tokyo.jp/reference/central_library/health_medical/tabid/418/Default.aspx))
- 闘病記ライブラリー (<http://toubyoki.info/>)

※ そのほか、病気ごとに患者会やコミュニティサイトがある  
場合もあります。

関心のある方は、インターネットでご検索ください。

#### ④ 特定の薬について調べたいときは

「薬自体は持っているけど、何の薬かわからなくなってしまった」、「この薬の服用のタイミングや副作用、服用時の注意事項は？」といったお悩み・疑問に答えてくれるのは、薬の事典です。

##### 調べる前にチェック！！

薬は、主に医療用と一般用の2種類に分類できます。  
薬について調べる前に、その薬は医療用なのか一般用なのか確認しましょう。

- (1) 医療用医薬品 : 医師などの判断で処方される医薬品。  
基本的に処方箋が必要。
- (2) 一般用医薬品 : 薬局などで消費者が購入できる医薬品。  
処方箋は必要ない。

#### (1) 医療用医薬品（医師から処方された薬）を調べたい



##### 『医者からもらった薬がわかる本』

医薬制度研究会／著、法研／発行、隔年刊（499イ）

薬剤名や病名、識別コード(※1)から調べることができる。各薬の概要や使用上の注意に加え、妊婦・授乳婦・小児での安全性も記載。先発医薬品とジェネリック医薬品(※2)の価格の差がわかりやすい。



### 『くすりの事典 病院からもらった薬がよくわかる』

片山志郎／監修、成美堂出版／発行、年刊（499セ）

製品名・成分名から調べることができる。ジェネリック医薬品も多数掲載。識別コード一覧はないが、巻頭には、掲載されている薬の半数のカラー写真が紹介されており、写真からさがすことも可能。



### 『JAPIC 医療用医薬品集』

日本医薬情報センター／編集・発行、年刊（R499二）

赤い表紙が特徴。医療現場で使用されている医薬品について、製品・組成・効能・副作用などを詳細に記載。さらに、併用してはいけない薬についても詳述されている。別冊『薬剤識別コード一覧』あり。

#### ※1 識別コード

薬本体にかいてある数字やアルファベットのこと。  
薬の名前がわからない場合でも、識別コードから  
薬の名前や概要などを調べることができる。



#### ※2 ジェネリック医薬品

成分などが先発医薬品と同一のため、臨床試験などを省略して承認された「後発医薬品」。  
先発品と全く同じというわけではないが、同じ効果で価格を低くおさえることが期待されている。

(2) 一般用医薬品（薬局などで自分で買える薬）を調べたい



『薬局で買える薬がよくわかる本 改定新版  
OTC薬の賢い選び方・使い方』

佐川賢一、伊東俊雅／共著、法研／発行、2011年（499サ）

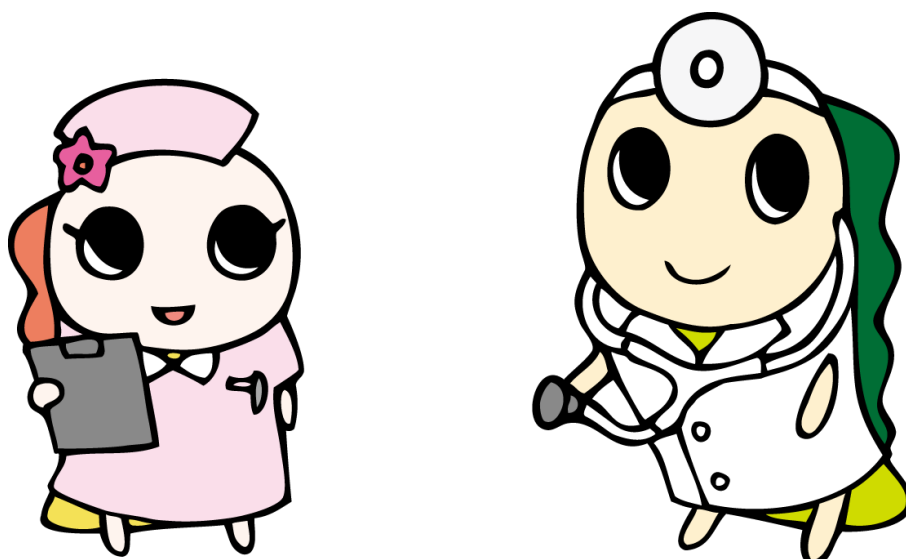
薬局などで買える薬を約700品目紹介。各医薬品の詳細な情報だけでなく、薬を買う前・使う前に知っておきたい基礎知識や、各病気・症状に対する情報なども解説。



『JAPIC 一般用医薬品集』

日本医薬情報センター／編集・発行、年刊（R499二）

青い表紙が特徴。市販されている医薬品を網羅しており、いわゆる飲み薬だけでなく、消毒薬や殺虫薬などの公衆衛生用薬も収録。薬効別に配列され、添付文書データを記載している。





## ⑤ 医療機関について調べたいときは

「〇〇科がある病院は？」「△△の検査を行っている病院は？」「手術実績のある病院は？」といった、医療機関に関する調査をしたいときには、病院名簿や専門病院ガイドが役に立ちます。



### 『手術数でわかるいい病院 全国&地方別ランキング』

朝日新聞出版／発行、年刊（498.1 ア）

全国の医療機関の手術数をランキングにまとめたもの。脳疾患、心臓病、がんなどの病気別に掲載。それぞれの病気ごと・ランキングごとに解説があり、カラー写真・図も多数収録されている。



### 『病院の実力』

読売新聞医療部／編集、読売新聞東京本社／発行、年刊（498.1 コ）

最新の医療情報とともに、がん、脳卒中、心臓病、不妊治療などに実績のある病院を紹介。読売新聞の記者が全国の医療機関に行った独自のアンケートの結果を一覧できる。



### 『関東病院情報』

医事日報／発行、年刊（R498.1 イ）

関東地方 1 都 6 県の病院を収録。収録項目は、所在地などの基本情報と診療科、医療設備、患者数、病床数、手術件数、院長名など。巻末には、介護老人保健施設の一覧も掲載されている。

## ⑥ 実績・定評のある医師をさがしたいときは

実績のある専門医や実力に定評のある医師をさがしたいときは、専門医ガイドや医師ランキングを参考にしてみてもいい。



### 『頼れるドクター 新宿・中野・杉並・吉祥寺』

ギミックドクターズ・ファイル編集部／発行、年刊（498.1 キ）

インタビュー記事を中心に、医師の診療方針、得意分野、人柄などを記載した、エリア別のガイド。当図書館では、杉並エリアが収録されているものを所蔵している。



### 『ドクターズガイド 治せる医師を本気で探す』

時事通信出版局健康医療情報班／編集、時事通信出版局／発行、2013年、（498.1 シ）

日本人が罹患しやすい72の疾患を取り上げ、各疾患につき平均12名の専門医を紹介。株式会社ソーシャライズが運営する同名のWebサイト（<http://dr-guide.net/www/>）でも情報を発信している。



### 『全国名医・病院徹底ガイド 最新5訂版』

松井宏夫／監修、主婦と生活社／編集・発行、2010年（498.1 シ）

全国の医師・病院にアンケートを行い、そのうち医師約4,000人、病院約1,500ヶ所を収録。各項目では、診療科の特徴、得意診療の対象病名、専門医などを紹介し、専門医の「患者さんへの一言」も記載。

## ⑥ インターネットで調べたいときは

近年、書籍だけでなくインターネット上でも、薬や病院を検索できる便利なサイトが増えてきています。書籍よりも最新の情報が掲載されていることもありますので、上手に活用してみましょう。

<p>くすりのしおり (<a href="http://www.rad-ar.or.jp/siori/">http://www.rad-ar.or.jp/siori/</a>)</p>	<p>「くすりの適正使用協議会」が運営するサイト。医療用医薬品や注射薬が検索できる。添付文書よりも易しい表現でコンパクトにまとめられているのが特徴。英語版も数多く作成されている。</p>
<p>おくすり検索 (<a href="http://search.jsm-db.info/">http://search.jsm-db.info/</a>)</p>	<p>一般用医薬品を中心とした検索サイト。「セルフメディケーション・データベースセンター」が運営している。錠剤やカプセル剤、顆粒剤などの薬の形からも検索が可能。包装の画像も掲載しており、視覚的にもわかりやすい。</p>
<p>東京都医療機関 案内サービス ひまわり (<a href="http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13tomnlt.asp">http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13tomnlt.asp</a>)</p>	<p>東京都福祉保健局が管理するサイト。東京都内にある医療機関・薬局を、様々な条件で検索できる。現在診療中の医療機関や、人間ドックや予防接種を行っている医療機関、近くの薬局をさがせるほか、対応できる外国語からもさがせる。</p>

杉並区立中央図書館  
2013年1月1日発行  
2018年3月1日改訂  
(代表) 03-3391-5754

※本文および掲載画像の無断複製を禁じます。