

診察サブリ

～精神科の診察時間の有効活用ツール～



イラスト：夏苺柚子

精神科医とのコミュニケーションで困っている患者はたくさんいます。このアプリは、精神科の診察において患者と医師がより良いコミュニケーションをとれるためのツールです。

ききたいことをきき、思っていることや話したいことを話せる関係性をつくることができるように。診断、薬の変更や副作用、暮らしの中で現実的に困っていることや、人生の中で大事にしたいことなどを、患者と医師が共有して方針を一緒に考えていけるように。自分にとって大切なことを整理し、自分なりの「問い」をたて、医師や支援者との話し合いの中で自分なりに考えていけるように。自分だけでなく、他の人がどんな疑問や不安を抱え、どんな質問をしているのか参考にするができるように。

自分にとって大切なことや、精神科の診察の中で医師にききたい「質問」を、診察サブリをつかって整理し、一緒に考えていきましょう。

※このアプリは、「精神科外来における共同意思決定支援ツール 質問促進パンフレット」を元にアプリ化したものです。元々の質問促進パンフレットは統合失調症をもつ人を念頭に作成されたものですが、本アプリは疾患や悩み事の種別を問わず、利用することができます。



新しく投稿された質問を一覧表示する「フィード」



質問テーマ一覧、新しい質問が追加できる「質問テーマ」



聞きたい質問を一覧し、メモができる「私のカルテ」



リカバリーへのサポートをする「今日の私」



App Store
からダウンロード



Google Play
で手に入れよう