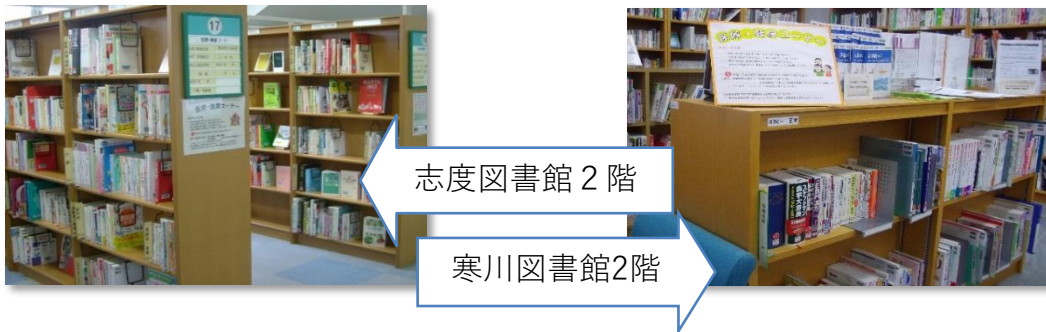


医療・健康情報 調べ方ガイド

医療や健康についての皆さまの「知りたい!」をサポートするため、さぬき市図書館では「医療・健康コーナー」を設けて資料や情報の提供を行っています。

ご希望の資料が見つからないときなどは、お気軽に図書館員にご相談ください。

医療・健康コーナー



※図書館では、医療についての情報や資料の提供のみを行います。また、医療情報は常に変更される可能性があります。医療上の判断等は必ず医師・薬剤師などにご相談ください。



1. 病気を調べる

Q ○○病はどんな病気？

Q 病名を聞いてもどの本を見たらいいかわからない

●まずはここから「家庭の医学」



『家庭の医学 すぐわかる よくわかる』 主婦の友社

字が大きく読みやすい家庭向けの事典。原因、症状や治療の流れなどがわかります。セルフケアも記載されています。



『家庭の医学 オールカラー版』 成美堂出版

病気の基礎知識がわかりやすく説明されています。症状から大まかな病名を調べることができます。



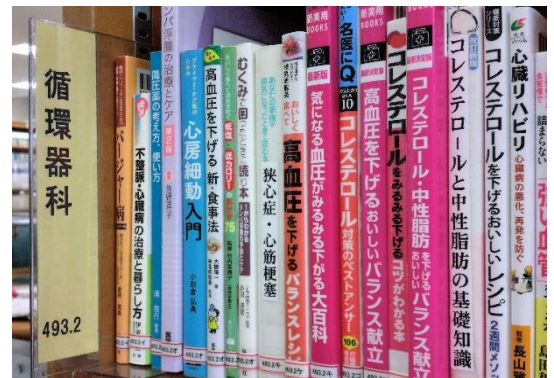
インターネット 《MSDマニュアル家庭版》 MSD製薬 <https://www.msdmanuals.com/ja-jp/>

100年の伝統ある『メルク・マニュアル』をインターネット上に移行。掲載されている病気の種類が豊富で、主な症状から治療法まで網羅しています。検索がしやすく、応急手当もクイックリンクですばやく調べることができます。

●病気ごとに詳しく調べたい

さぬき市図書館の資料はテーマごとに分類して置いています。本棚の**見出し**を見て必要な本を探することができます。

例えば心臓の疾患や高血圧について調べたいときは・・・
→「**循環器科**」の棚



病気ごとの入門書

 『よくわかる最新医学』シリーズ 主婦の友社

図やイラストが多く、病気ごとにわかりやすく、詳しく説明しています。

(例：『心不全』 『皮膚の病気』)

 『健康ライブラリーイラスト版』シリーズ 講談社

病気の基本的なことから解説しています。イラストが大きく文章が平易でわかりやすい本です。

(例：『子どものアレルギーのすべてがわかる本』 『脳卒中の再発を防ぐ本』)

 『心のお医者さんに聞いてみよう』シリーズ 大和出版

一つずつの病気をわかりやすく読みやすく解説しています。イラストが大きく入門におすすめです。

(例：『「適応障害」って、どんな病気?』 『家族で「軽度の認知症」の進行を少しでも遅らせる本』)

ビジュアル化された詳しいシリーズ

 『病気がみえる』シリーズ メディックメディア

専門的な本ですが、内容がビジュアル化されているので一般の方が病気や検査、治療についてもう一步詳しく知りたいときに役立つシリーズです。

(例：『病気がみえる vol.12 眼科』)

病気の情報検索サイト



インターネット 《Mindsガイドラインライブラリ》 日本医療機能評価機構 <https://minds.jcqhcc.or.jp>

厚生労働省委託事業により公開されているサイトです。最新の診療ガイドラインや一般向けの解説等を読むことができます。



2. 検査を調べる

Q 検査結果の数値について詳しく知りたい



『検査結果なんでも早わかり事典』 主婦の友社

健康診断や人間ドックから、精密検査の結果までわかりやすく解説しています。検査にかかる時間や苦痛の度合い、異常があった場合の対処法や、疑われる病気などがわかります。



『最新健康診断と検査がすべてわかる本』 時事通信出版局

検査の目的、基準値、関連する病気がわかりやすく記載されています。



3. 薬を調べる

Q ○○病の薬にはどんなものがある？

Q 薬の副作用を詳しく知りたい

ポイント

○薬の種類は大きく分けて2つあります。

1 病院で処方される薬（医療用医薬品/処方箋必要）

2 市販の薬（一般用医薬品/処方箋不要）

注）薬局で購入できる一般用医薬品は「市販薬」や「OTC医薬品」と表記されることもあります）

○ 薬の本もこの2種類に分かれているので注意しましょう。

不明な点は必ず
医師や薬剤師に
相談しましょう！



〔病院の薬〕『医者からもらった薬がわかる本』 法研

一般向けの本の中でもやや詳しい本です。漢方薬も掲載しています。主な薬の写真が掲載されているので写真から探すこともできます。



インターネット 〔病院の薬〕《くすりのしおり》くすりの適正使用協議会 <https://www.rad-ar.or.jp/siori/>

製薬会社が直接内容を作成している薬の情報サイトです。難しくなりがちな医薬品の説明を、やさしくコンパクトに記載しています。剤形やシートの表記から検索もできます。



〔市販の薬〕『ドラッグストアで買えるあなたに合った薬の選び方を頼れる薬剤師が教えます』

児島悠史著/羊土社

定番の市販薬の成分、効果や特長がわかりやすく書かれており比較するときに便利です。



インターネット 〔市販の薬〕《おくすり検索》セルフメディケーション・データベースセンター <https://jsm-db.info>

製品名や症状、薬の剤形などから薬を検索することができます。薬の特徴や、使用上の注意、禁忌事項、副作用などが分かりやすく記載されています。



4. 闘病記

Q 同じ病気の人々の体験談を読みたい

「闘病記」は病気にかかった患者さんや家族がつづった体験記で、病気と向き合う勇気や知恵を与えてくれます。

「闘病記コーナー」

- ・ 2館で約350冊
- ・ 主な病気別に配架（志度）



ポイント

1. 闘病記は図書ラベルの下に病名をつけています。



2. 病名等からさぬき市の闘病記を検索する方法

○ 図書館で探す

図書検索機（OPAC）で「詳しく探す」を選び「件名」に病名等を入力

○ インターネットで探す

さぬき市図書館ホームページの蔵書検索で「詳しく探す」を選び「件名」に「闘病記」や病名を入力



5. その他の医療情報

Q 県内の専門医を知りたい

Q 健康に気をつけたいが何からしたらよい？



インターネット 《医療Netさぬき》 香川県 <https://www.qq.pref.kagawa.lg.jp/ir37/qqport/kenmintop/>
県が運営している広域災害・救急・周産期医療情報システムです。県内の医療機関や専門医、休日当番医、救急電話相談番号などの医療情報を検索できます。



インターネット 《難病情報センター》 難病医学研究財団 <https://www.nanbyou.or.jp>

病気の解説、治療法をはじめ、難病に関する国の対策や支援制度、相談窓口、患者会などの情報を調べることができます。



インターネット 《健康ネット》 健康・体力づくり事業財団 <https://www.health-net.or.jp>

健康や体力づくりに関する情報が充実しています。「必要な運動レベル診断」や「コレステロール値診断」など健康チェックができるコーナーや、筋力トレーニング、ストレッチなど実践できるコーナーもあります。

●このリストで紹介した情報は一例です。これ以外にも関連情報を提供しています。
また、紹介した情報は図書館がその内容を推薦するものではありません。



さぬき市図書館

志度図書館

電話087-814-2678

寒川図書館

電話0879-43-6930