

# 一般内科外来、 ひとりでできますか？

よく出合う慢性疾患への評価・処方・指導と、  
診察時間を最大限に活かすコツ

序	.....	安藤崇之	3 (2995)
Color Atlas	.....		9 (3001)
執筆者一覧	.....		10 (3002)

## 第1章 慢性疾患外来診療で最初に身につけたい基本事項

1. 外来診療の型を学ぼう（外来にも型がある）	.....	坂井雄貴	12 (3004)
1. 外来診療の特徴 2. 診療の構造—TOPIC モデル 3. TOPIC モデルを使ってやってみよう！ 慢性疾患の外来 4. 外来診療、こんなときどうする？			
2. 行動変容をうまく引き出すコツ	.....	上村祐介	18 (3010)
1. 行動変容における代表的なフレームワーク 2. 行動変容と親和性の高い学問を応用する ● Advanced Lecture：人の行動を変えることの功罪			
3. 介護保険の申請と主治医意見書・訪問看護指示書の書き方	.....	西 明博	29 (3021)
1. 介護保険の申請から認定まで 2. 主治医意見書の書き方 3. 訪問看護指示書の書き方			

#### 4. ヘルスメンテナンス

外来は治療だけじゃない！ 予防医療を組み込んで、より健康で豊かな人生を支えよう！

.....年森慎一 38 (3030)

1. ヘルスメンテナンスとは 2. どんな人に何が必要か？ツールをうまく使おう！ 3. いつヘルスメンテナンスを行うのか？ ●Advanced Lecture：1. 「言っていることとやっていることが違う人とどう向き合えばいい？」 2. 「難しい患者さんほど健診受けてない。健康意識が低いせい？自己責任？」

#### 5. 高齢者の診かた（フレイル・CGA）.....黒岩冴己 44 (3036)

1. フレイル 2. 高齢者総合機能評価（CGA） 3. 外来診療で行う介入の実際

## 第2章 外来でよく出合う慢性疾患の診かた

#### 1. 高血圧.....森川敬太 52 (3044)

1. 高血圧の初診外来における評価 2. 降圧目標の設定 3. 治療の進め方

#### 2. 糖尿病.....佐々木友里香, 山下洋充 62 (3054)

1. 糖尿病の成因・病態に基づく分類 2. 診断基準 3. 糖尿病の診断後にまず行う病歴聴取・身体所見・検査 4. インスリンの適応・専門医への紹介判断 5. 糖尿病および合併症の管理 6. 治療薬の選び方 7. 生活指導のポイント（特にシックデイの時）

#### 3. 脂質異常症.....加藤 愛, 加藤心良, 野口善令 74 (3066)

1. 初診時のアセスメント 2. コントロールの評価項目 3. 薬の選び方 4. 専門医に紹介するタイミング 5. 患者さんへの説明 ●Advanced Lecture：一次予防の内服治療はいつがやめどきか？

#### 4. 生活習慣病の患者さんへの生活指導.....林 亮佑, 常石大輝, 濱井彩乃 84 (3076)

1. 運動療法 2. 運動療法のコツ 3. 食事療法 4. 食事指導のコツ

#### 5. 高尿酸血症.....長坂祐希, 藤川裕恭 91 (3083)

1. 高尿酸血症とは？ 2. 高尿酸血症のマネジメント 3. 高尿酸血症の治療 4. ヘルスメンテナンス

#### 6. 慢性腎臓病（CKD）.....山田拓也 99 (3091)

1. スクリーニングと診断 2. 初診時のアセスメント 3. 薬物治療の適応・選び方 4. 生活指導のポイント 5. 専門医に紹介するタイミング

#### 7. 骨粗鬆症.....高橋 寛 109 (3101)

1. 初診時のアセスメント 2. 薬物治療の適応・選び方 3. コントロールの状況 4. 生活指導のポイント 5. 専門医に紹介するポイント 6. 患者さんへの説明

#### 8. 慢性心不全.....小野雅敬, 宮澤洋平 122 (3114)

1. 外来で診始める／引き継いだときに確認するポイント 2. 再入院 3. 薬物治療 4. 患者への説明／生活指導のポイント 5. 毎回の外来でチェックすべきこと 6. 専門医に紹介するタイミング

#### 9. 慢性閉塞性肺疾患（COPD）.....高岡沙知 133 (3125)

1. 診断・評価 2. 管理 3. 専門医に紹介すべきタイミング

- 10. 気管支喘息** ..... 羽角勇紀 141 (3133)  
1. 初診時のアセスメント（診断と評価） 2. 治療の選択 3. コントロールの状況 4. 生活指導のポイント 5. 専門医に紹介するタイミング
- 11. 睡眠時無呼吸症候群** ..... 渡部 健 152 (3144)  
1. 初診時のアセスメント 2. SASの検査と診断 3. 治療適応と初期治療の選択 4. CPAP導入後の評価方法 5. 患者さんへの説明のポイント 6. 専門医へ紹介するタイミング
- 12. 不眠症** ..... 宮本侑達 160 (3152)  
1. 初診時のアセスメント 2. 鑑別と評価のしかた 3. 生活指導（睡眠衛生指導）のポイント 4. 薬物治療の適応・選び方 5. 非薬物治療（認知行動療法）の適応・方法 6. 専門医に紹介するタイミング 7. 患者さんへの説明
- 13. 認知症** ..... 山本 結, 喜瀬守人 171 (3163)  
1. 「認知症かも…」と受診した患者にすべきこと 2. 認知症の患者にどうアプローチするか
- 14. 甲状腺機能亢進症・低下症** ..... 今西 明 181 (3173)  
1. 甲状腺機能異常の初診時外来アセスメントについて 2. 慢性甲状腺炎およびパセドウ病の定期外来について ● Advanced Lecture
- 15. 片頭痛** ..... 原瀬翔平 189 (3181)  
1. 初診時のアセスメント 2. 薬物治療の適応・選び方 3. 生活・薬剤指導のポイント 4. 専門医に紹介するタイミング 5. 患者さんへの説明 ● Advanced Lecture : CGRP関連薬剤の作用機序はどのようなものか？
- 16. 慢性腰痛症** ..... 深瀬 龍 197 (3189)  
1. 腰痛の分類 2. 初診時のアセスメント 3. 治療介入について 4. 専門医に紹介するタイミング 5. 繙続外来のポイント
- 17. 内科でも対応したい女性の診療** ..... 手銭 駿 205 (3197)  
1. 女性の診療について 2. 月経困難症 3. 更年期障害 4. 緊急避妊（emergency contraception : EC）

## 第3章 外来診療の質がグッとよくなるTips

- 1. 外来診療がうまくいく最適なコミュニケーションのTips** … 張 耀明 213 (3205)  
1. 外来診療をはじめる前に 2. いざ本番！ 外来診療開始中に意識すること 3. 外来診療を終えた後で
- 2. 外来におけるタイムマネジメント** ..... 大崎崇正, 玉野井徹彦 219 (3211)  
1. 私の失敗談 2. 失敗から学ぶこと 3. チェックリストには本当に必要なタスクだけが残る
- 3. 診療報酬に関して知っておきたいこと** ..... 松村 伸 223 (3215)  
1. 診療報酬の仕組みの概略 2. 査定と返戻 ● Advanced Lecture

4. 「医学的に説明困難な身体症状」を説明する .....眞島裕樹 229 (3221)  
1. 検査についての説明 2. 病態についての説明 3. 説明をしても安心や納得が得られないとき  
4. 精神科への紹介 5. 精神科受診につながらないとき
5. 健康診断や人間ドックの異常  
尿潜血陽性・CTで肺小結節・エコーで脾嚢胞がみられたら .....小林功樹, 濱井彩乃 235 (3227)  
1. 尿潜血陽性は、糸球体性血尿を除外して泌尿器悪性腫瘍の精査を行う 2. CTで指摘された肺結節は種類と直径で分類し、喫煙歴によって経時的にフォローする 3. 脾嚢胞ではIPMNを想起し、MRCPや超音波内視鏡で悪性度を評価する ● Advanced Lecture: 1. 健診と人間ドックの意義について 2. 健診と人間ドックのエビデンスについて
6. 処方に関するTips .....松田真和 241 (3233)  
1. 医師が処方して、薬剤師が調剤して、患者が受け取る 2. 服薬アドヒアラנסと残薬  
3. ポリファーマシー
7. オンライン診療のTips .....川口湧水, 吉田 伸 247 (3239)  
1. オンライン診療をはじめるには? 2. オンライン診療の適応疾患は? 3. オンライン診療のメリット ● Advanced Lecture: 電話診察について
8. 患者さんを引き継ぐときのTips .....伊豆倉 遥 253 (3245)  
1. 引き継ぐときに注意する点～transition of careの視点をもとに～
- 索引 ..... 257 (3249)

## Column

- |               |     |       |     |
|---------------|-----|-------|-----|
| 薬剤中止について      | 117 | 経腹エコー | 208 |
| テリパラチドの使用について | 117 |       |     |