

医療費も賢く使って上手に節約

病院にかかる前の7つのポイント 知っていれば役に立つ

みなさんが病院にかかったときに支払われる医療費には、毎月みなさんから支払われる保険料が使われていることをご存じですか。

医療機関の窓口で自己負担されているのは、医療費総額の一部であり、残りは健保組合が支払っています。4・5ページの決算報告でもお知らせしているように、健保組合の財源には限りがあります。みなさんから納められた大切な保険料を有効に使うためにも、みなさんの家計の負担を少なくするためにも、病院にかかる前の7つのポイントを押さえ、節約上手で賢い受診を心がけましょう。



check!

1 基本は、診療時間内に受診する。

診療時間外の受診は、マナーの問題だけでなく、受診料もかなり割高に。加算料金は初診時で、時間外=850円、休日=2500円、深夜=4800円（病院によっては加算額が異なる）。緊急時以外は、診療時間内の受診が賢明。

check!

2 小児救急電話相談（#8000）を活用する。

休日や夜間にこどもが体調不良。そんなときは小児救急電話相談（#8000）を利用しよう。小児科医師や看護師から症状にあったアドバイスをもらうことができる（沖縄県を除く都道府県で実施）。受付時間は場所によって異なるが、18～19時から22～23時までが多い。

check!

3 「なんとなく…」ハシゴ受診はやめよう。

ハシゴ受診とは、診療内容に不満を感じて自己判断で病院を渡り歩くこと。初診料などの医療費がかさむだけでなく、薬や検査も重複し、体に負担も。「十分な説明がされない」等、やむをえず転院にいたるケースもあるが、まずは、医師とのコミュニケーションをとる努力を。

check!

4 いきなり大病院へは行かない。まずは、近くの診療所。

医師の紹介状なしに200床以上の大病院に行くと、特別料金が加算されることがある。料金は病院によってそれぞれ異なるが、5000円以上（保険適用外）とかなり高額になる場合も。まずは、近くの診療所を受診するよう心がけよう。

check!

5 心強い味方をもつ！かかりつけ医・薬局。

かかりつけ医・薬局のメリットは、病歴や薬歴にもとづいたアドバイスがもらえたり、大病院への紹介状を書いてもらえる点。地域の医師や薬剤師と積極的にコミュニケーションをとり何でも相談できる環境を整えよう。

check!

6 長期服用のいつもの薬ジェネリック医薬品なら断然安くなる。

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分、同等の効能・効果を持ち、安全性も国のお墨付き。何より新薬に比べて安いのがうれしい。ジェネリック医薬品に変更可能かどうか、医師や薬剤師に相談してみよう。

check!

7 診療内容がわかる！明細書を確認しよう。

明細書には検査内容や薬の正式名称、診療報酬の点数など、詳しい医療情報が記載されており、自分がどんな治療を受けたのか確認できる。診療報酬の点数は、1点10円。医療費の詳細を自分の目で確認すれば、医療のコストへの意識も高まり、無駄を省けるようになる。

受診マナー番外編

整骨院・接骨院で健康保険を使える範囲は限られています

看板に「保険取り扱い」と書いてある場合でも、健康保険が使えるのは、実は一部のケースのみです。あとから全額自己負担となり、費用を請求されることもあるのでご注意ください。

健康保険が使えるとき

急性で外傷性の…
打撲・ねんざ・肉離れ
骨折・ひび・脱臼に限ります。
※骨折・ひび・脱臼は、応急処置の場合を除き「医師の同意」が必要です。

健保組合では、整骨院や接骨院にかかった方に、施術内容や負傷原因について、後日電話などでお問い合わせする場合があります。

みなさんが納める大切な保険料を正しく使うため、ご理解とご協力をお願いします。

最近、比較的軽い症状にもかかわらず、休日や夜間に病院にかかる人が多く、本来優先されるべき緊急を要する患者さんに適切な治療ができないケースが増えています。

以上の7つのポイントをみなさんが実行されることで、だれもがいつでも安心して医療を受けられる社会が維持されます。ぜひ、ご協力ください。