

iCrip

アイクリップ マガジン

 magazine

2012.12

Vol. **23**

Doctor's Life Design
Magazine

研修医の声

沖縄医療生活協同組合 沖縄協同病院

クローズアップエリア

山口県

京都府「KMCC」

高知県「コーチレジ」

長崎県「新・鳴滝塾」

ドクタマ 医魂

大倉直樹

ねじ子のMedical Life Hacking

実況!!ホームドクターの診察室 孝志郎日記

チョッカンがジッカンに進化するシュンカンの巻





佐世保の地域医療を担う 使命感とともに フットワークの軽い研修で 現場力が向上します

佐藤 慧 医師

佐世保中央病院 1年目
長崎県出身/長崎大学



救急における最先端医療と 離島圏をカバーする 地域医療に特長をもつ 中身の濃い研修が可能です

高村 祐磨 医師

国立病院機構 長崎医療センター 2年目
熊本県出身/長崎大学

2 研修医の声

VOICE OF RESIDENT

長崎県北部の中心都市である佐世保市。県内では長崎市に次ぐ人口を有し、造船や米軍基地に代表される国防の街としても知られます。地域医療を支える佐世保中央病院の佐藤先生に研修の特色を聞きました。

■佐世保中央病院を研修先に選んだ理由はなぜでしょう？

実習で佐世保中央病院にお世話になった時に、見学に行こうと思っていました。実際に見学に行くと、院長先生自ら対応して下さったその熱意と、スタッフの活気と高いモチベーションが印象的でした。大学時代とは少し環境を変えたという思いもあって、ここに行きたいと強く思うようになりました。

■佐世保中央病院での研修内容の特色を教えてください。

当院は、地域医療を担う民間の基幹病院としての役割があるので、プライマリケアや救急医療など幅広く経験を積むことができます。米軍基地があるので外国人の患者さんが多いことも特長の1つです。

研修の特色としては、フットワークの軽さが挙げられると思います。たとえば、循環器内科でカテーテルをしている最中に、神経内科の先生から「ルンパール（腰椎穿刺）が来たけどやるか？」と連絡をもらい、カテの後に急遽入らせてもらったこと

がありました。手技などの実技面での学びのスピードは、とても速いと感じます。

プログラムの面では、たとえば、内科の専門科を単科でまわることも、2~3の複数科で同時にまわることも可能です。そうした市中病院ならではの自由度の高さに加え、平成24年度は研修医が3名という少ない人数なので、症例が豊富に経験できるのもメリットです。上の先生もしっかりとフォローしてくれ、先輩医師や看護師さんともコミュニケーションが取りやすいので、毎日が純粋に楽しいですね。また、自分で考えて自分で決め、自分で動くという主体性の中で研修ができる点は充実感もアップしますし、日々の実践を積極的にアピールしていけば、それだけ現場でのチャンスも与えてもらえます。

また、研修医の待遇が良い点も魅力です。給与面は県内でも高い方ですし、住居の斡旋や家賃補助も充実しています。iPadも研修用に無償支給があり、研修医がとても大事にもらえる環境で、恐縮してしまうほどです。

■他に長所とを感じる部分はありますか？

市中病院は手技や臨床経験は豊富に積める一方で、学術的な要素が物足りず、考える癖がつかない、と心配する人もいます。その点については、臨床の経験値やコンセンサスだけで疾患を判断するのではなく、エビデンスや文献をもとに症例の裏側に光を当てて考える習慣を身につけられるように指導してもらえます。

勉強会も多く、2週に1度行なわれる

「内科医会」では、指導医の先生に様々なテーマを取り上げて教えてもらえますし、研修医が発表する機会も設けられ発表スライドの作成についても指導してもらえます。さらにモーニングレクチャー、外部の先生を講師に招いた勉強会などがあり、満足できる内容になっています。

■新鳴滝塾の取り組みについての感想を聞かせてください。

研修に役立つ情報の提供、勉強会やイベントの企画、また病院見学の際の旅費助成など、学生時代からお世話になっています。今後は長崎県全体の医療を活性化するために、研修医の偏在を是正するような具体的な取り組みを期待しています。

■研修において心掛けていることがあれば教えてください。

当院は研修の自由度の高さがある一方で、自身がモチベーションを高く保てないと、成長や向上につながりにくい面があると思います。自由度の高さを活かすも殺すも自分次第ですので、意識を高く持ち、積極的に学びの機会を得ていく姿勢を常に心がけています。

About

社会医療法人財団 白十字会
佐世保中央病院

〒857-1195 佐世保市大和町15

Tel.0956-33-7151

<http://www.hakujuyujikai.or.jp/chuo/>

1 研修医の声

VOICE OF RESIDENT

長崎県の救命救急と離島医療の中核を担い、プライマリから重度疾患まで幅広く最先端医療を実践する長崎医療センター。人気の高い同院の研修内容について、高村先生に話を聞きました。

■長崎医療センターで研修をしようと決めた理由は何でしょう？

見学でまわった7病院の中で、雰囲気最も自分に合うと感じたことが主な理由です。見学の際に、担当してくれた上級医だけでなく、看護師さんや他のスタッフまで親切に対応してくれました。また、初期対応も含めてしっかりと仕事しておられる先輩研修医の姿も印象的でした。本人の努力はもちろん、周囲のしっかり育てようという意識や体制が感じられました。それを見て自分の1年、2年先の姿がイメージできると感じたので。

■長崎医療センターでの研修内容の特色を教えてください。

40年以上前から独自にスーパーローテイト研修を実施しており、医師だけでなく看護師さんや他職種のスタッフとの連携がスムーズだったり、教育的なカンファレンスが豊富だったり、研修医を育てる土台がしっかりしていると感じます。研修の歴史が長いので地域のみなさんの研修医への理解もあり、研修医を育てようという雰囲気がありますね。

また、総合診療科と救命救急センター

という2つの領域も売りになるかと思えます。1次から3次まで豊富な救急症例を引き受け、重症や超重症も含めたあらゆる疾患が集まるので、初期対応や重症患者の管理については自分でも力がついたように感じています。

特長的なのは、離島を医療圏としてカバーしている点。これは長崎の特色ともいえますが、プライマリ医療を幅広く学ぶことができる貴重な機会に恵まれています。ドクターヘリには研修医は乗ることはできませんが、自衛隊ヘリや防災ヘリには搭乗が可能で、実際に乗り込んで搬送にも携わりました。離島医療の現実、都市部では学べない本当の地域医療の現場で、患者本位の医療に立ち返ることの重要性に気づかせてくれました。

各科での多彩な症例と稀少な現場を網羅的に経験できる上に、勉強の機会も豊富なので、非常にバランスの取れた研修が可能になると思います。

■休日はどう過ごしていますか？

最近自転車を始めて、休みの日に遠出をするのが楽しみです。長崎は景色がきれいで海も近いので、サイクリングにはとても気持ちのいいところです。先日は医療センター近くの大村湾を1周して、気づいたら走った距離が100キロを超えていました。あとは釣りも大好きなので、長崎の美しい自然に癒されながら、アウトドアを満喫しています。

■新鳴滝塾の取り組みについての感想を聞かせてください。

県外の学生にとっては、見学に来る際

に旅費を支給してもらえる点はとてもありがたいと感じています。最近では病院側が出してくるところもありますが、ある意味プレッシャーになってなかなか気軽に足を運べないんですね。その点、新鳴滝塾のような公的な立場で助成してくれるのであれば、気軽に見学に赴くことができます。まずは気軽に病院見学に来てもらうための取り組みとして非常に有意義なものだと思います。

■長崎医療センターを研修先に選んで良かったと思う点を教えてください。

研修では当然辛いこともあるのですが、研修医が44人もいるので、仲間同士で何でも話し合えるし、お互いを刺激してスキルを高め合える環境があるので、ストレスになりません。

初期研修修了後は外科に進みたいと考えているのですが、それは当院で出会った先生の存在が大きく影響しています。自分が目指したいと思う科を決める上で、研修先で目標にできる先生と出会えるかどうかは大きな要素だと思います。たくさんさんの良い出会いに恵まれたのも、多彩な先生方が各科におられる、当院ならではの良さだと感じますね。

About

国立病院機構
長崎医療センター

〒856-8562 大村市久原2丁目1001-1

Tel.0957-52-3121

<http://www.hosp.go.jp/nagasaki/>



研修医の学びについて 理解ある風土のなか 福利厚生や待遇面も 非常に恵まれています

梅山 泰裕 医師

長崎市立市民病院 1年目
鹿児島県出身/宮崎大学

4 研修医の声

VOICE OF RESIDENT

長崎市立市民病院は地方独立行政法人による運営に移行し、平成26年春には新市立病院に建て替わるなど全面刷新。いま県内でも注目の施設の一つである同院の1年目研修医・梅山先生に話を伺った。

■なぜ長崎市立市民病院で研修をしようと決めたのでしょうか？

2年違いの大学の先輩から勧められたことがきっかけです。二次救急の機関として多彩なcommon diseaseが診られ、研修医数も多くないため、1人ひとりに任せてもらえる領域が広いことも良さだと聞きました。

長崎市は4日に1度の輪番制を敷いていて、輪番日当直ではたつぷりと救急外来の症例を経験できます。初期研修では当直をしっかりと経験しておきたいと考えていたので、希望通りだったといえます。ただ、当直に出た最初の頃は、緊張で頭の中が真っ白になり、救急としての対応がまったくできませんでした。勉強と実践ではまったく違うことを実感し、何もできない自分の姿に現場の厳しさを痛感させられました。

■研修の身中についての感想はいかがでしょう？

たとえば、1年目に各科を回りながら自分に足りないものが見えてくれば、それに応じて残りの選択科目や2年目の希望

を変更できるなど、柔軟に対応してくれる点がうれしいです。また、毎週1回の朝のレクチャーも、研修医からの要望で始まったものです。ポトムアップ式に研修医の思いを確実にくみ取り、カリキュラムをどんどんグレードアップしてくれる風土はありがたいですね。

大学病院の場合、診断のついた患者さんが送られてくることが多いと思いますが、当院では、まず患者さんの主訴を検討し、検査を行い、診断につなげる組み立てを最初から自分で行います。間違っている場合はきちんと指導してもらえますし、こうした現場での診断力が身に付く点は市中病院ならではの良さだと思います。

■長崎の良さはどのように感じますか？

人が皆さん優しいです。性格が穏やかで患者さんもいい人が多く、診療もしやすい。当院は中華街などの繁華街の近くにあるので非常ににぎやかで、病院の周りではお祭りが頻繁に行われている印象で、活気のある面白い街だと感じます。

■新鳴滝塾の取り組みについての感想を聞かせてください。

長崎大学病院が毎年行うハワイ研修に新鳴滝塾からの枠で参加した同期がいます。帰国後、普段なかなか関わることのない大学病院の先生や研修医との意見交換が、とても有意義だったと話してくれました。自分たちがやれていること、そうでないことがわかったと。今では、その同期が中心となり、勉強会の回数を増やしたり、テーマの選定を工夫したりして、自分たちの研修にも反映させています。新

鳴滝塾のいろいろな取り組みが研修医の学びに役立っていると感じます。

■他に研修に来て良かったと思う点があれば教えてください。

指導医の先生方が研修医の話にしっかりと耳を傾けてくれる点が魅力で、「要望はないか?」と意見を求めてくれるほどです。しかも、それをすぐに改善に結びつけてくれます。輪番の時だけだった当直を「非輪番の日にも入らせて欲しい」とお願いして実現してもらったり、「研修室に仮眠用のベッドが欲しい」という先輩の要望もすぐに聞き入れてもらえました。また、今年から先生方が「研修を考える会」を作ってくれて、研修医を飲み連れに連れていく際には病院から補助が出るようになったそうです。そうした理解がありながら、給与も高水準だと思いますし、福利厚生や待遇面でも非常に恵まれていると思います。

平成26年の2月には新病院が竣工し、心臓外科などの新しい科も入り、新しい施設として生まれ変わる予定なので、設備やノウハウは一気に充実することになります。これは研修医にとっても大きなインパクトになると思いますね。

About

長崎市立市民病院

〒850-8555 長崎市新地町6-39

Tel.095-822-3251

http://www.nmh.jp/shibyoy/



急性期から終末期に至る すべてのライフステージを 実際の臨床で経験でき 総合力が身につきました

上木 智博 医師

上戸町病院 2年目
鹿児島県出身/長崎大学

3 研修医の声

VOICE OF RESIDENT

開院以来、救急からリハビリ、在宅まで一貫した地域医療にこだわってきた上戸町病院。科の壁を越えた総合診療形式での研修スタイルを実践する同院の特色を上木先生に聞きました。

■長崎で研修しようと思った理由は何でしたか？

長崎県は「新鳴滝塾」の取組や、女性医師が働きやすい環境を整備する「あじさいプロジェクト」など、県を挙げて医師の支援に力を入れている印象がありました。私は学生結婚をしていたので、そうした自治体の姿勢が好印象で研修先として選ぶ動機になりました。

研修病院を選ぶ上で重視したのは、臨床での「総合力」を身に付けるということ。3年目に当直に入った際に慌てることなく対処できるスキルを身に付けるため、小規模の病院で学びたいと考えました。

■研修の内容について教えてください。

新患外来の診療では、入院か退院かの判断も基本的に自分が行います。外来から入院、そして退院までの一連の流れが見え、とても貴重な経験になっています。全体の流れがイメージできることで、外来の初期対応の際にも、事後を見越した適切な対処ができるようになりました。

さらに、地域研修の中では往診も経験しました。長崎は坂が多いので、一人暮らしの高齢者が病院に通いにくく、往診が

欠かせません。中には、自宅で最期を迎えたいという終末期の患者さんもおられました。病状への対処に不安を抱えるご家族にとって、安心感の提供につながる往診は感謝されることが多かったです。患者さんや家族との距離が非常に近いのは当院の大きな特色といえます。

私の場合、協力病院の長崎市民病院で小児科、産婦人科、外科の症例を多く学び、輪番日当直では救急症例も豊富に経験させてもらいました。研修を通じて急性期から慢性期、終末期医療まですべてのライフステージにおける臨床現場を経験できたことは、総合力を養う意味でもとても意義があったと感じています。

■他に力がついたのはどんな点だと思いますか？

研修医の数が少なく、手技などは全部自分にまわってくるので、経験値は抜群に上がります。また、小規模病院なので、各科の専門医が揃っているわけではなく、自分で考えなければいけない場面が多くあります。そのため、当院では、研修の初期段階でEBMの活用法について学びながら自己解決能力をアップさせていきます。EBMを実践するツールとして、up to dateやdynamedが院内で自由に利用できるようになっています。そのことで、鑑別疾患を上げる力量や診察技量、検査の適応などを考える力がつきました。おかげで、地域研修中には、1人で往診にも行けるまでになれたのではないかと感じます。

■新鳴滝塾の取り組みについての感想

を聞かせてください。

同塾の主催で、外部講師を呼んで学習会やセミナーを随時開催してくれるのは非常にありがたいです。当院のような小さな病院ではなかなか著名な講師を呼ぶことはできませんから。日頃の学習機会を補完する意味でも、セミナーや研修の機会には今後も積極的に参加したいと思います。

■他に上戸町病院での研修で良かったと思う点は何でしょうか？

当院では大病院に比べると確かに症例数も多くありませんが、そのかわり、それを補うべく、院外研修の受講を奨励してくれています。私自身、院外セミナーに積極的に参加し、研修中にBLS、ACLS、PALS、PSLS/ISLS、JPTEC、JATEC、FCCS、TNTproviderの資格を習得することができました。病院からの参加費や旅費の援助など、全面的なサポートは、小規模の病院だからこそ実現できたことだと思います。小さな病院でも利点は多くあります。医学生の皆さんはぜひ参考にしてもらいたいと思います。

About

社会医療法人健友会
上戸町病院

〒850-0953 長崎市上戸町4丁目2-20

Tel.095-879-0705

http://www.kenyukai.or.jp/