若手コーナー

研修医のみなさん、頑張れ！！

琉球大学医学部附属病院卒後臨床研修センター　崎原　みち代

私に今回与えられたテーマは『研修医にどのような研修をしてほしいか』というものでした。

自分が研修医だった頃は、今の研修制度とは違い、大多数の人は大学を卒業すると専門を決めて、すぐに医局に入局していました。医局には先輩医師がいて、色々指導してもらいましたが、自分の力のなさに落ち込んだこともよくありました。とにかく自分の目の前にいる患者さんを一生懸命診ていた毎日でした。自分の研修医時代を振り返って、今頑張っている研修医の先生方にアドバイスするとすればなにか考えてみました。

研修医の先生より少し先輩の私が、今の研修医の先生方に強く望むのは主体的な研修をしてほしいということです。

このことは、今、指導医になった私が、一番痛感することでもあるのです。研修医の時代は、社会人として、一番柔軟で、いろいろなことを吸収できる時期です。

いろんなことに興味をもち、自ら積極的に経験することは、将来において自分の大きな財産になります。どんな些細なことでも経験することは大切で、そこから学んだことは、将来、どの診療科に進んだとしても役に立つと思います。人は、自分の目の前に問題が出てきた時に真剣に取り組むことが多く、教科書には書いていないことを実際の診療の中で学んで欲しいのです。

私も研修医時代はそうでしたが、研修医の先生方は、手技の獲得に目を奪われてしまいがちです。でも、手技はある一定期間研修すれば、十分に習得できるものです。

この時期に学んで欲しいことは、診療の基本、つまり患者に対する医療者としての姿勢や診療に対する心構えを獲得することです。研修医時代に診療の基本を獲得できるかで今後の医者としての方向性が決まると思うのです。具体的にいうと、自分が主治医である自覚をもって、患者の話を十分に聞き、診察をし、鑑別疾患をあげながらアセスメントとプランを立てて治療していく。この考え方をきちんとマスターすることが大切です。最初から完璧にやれる医者はいません。鑑別疾患を数多くあげることは難しいことですが、この作業を繰り返すことで、少しずつ経験を積みながら、きちんとした診療を行うことが出来るようになると思うのです。そのためには、まず、積極的にベットサイドにいき、患者さんの声に耳を傾け、診察する能力を鍛える必要があります。私がかつて研修医だった頃、指導医から言われたことは、「研修医はとにかく患者さんのベットサイドに行け！」ということでした。患者さんと接する中で、患者さんからいろんなことを学ぶことができるのです。研修医の先生方には、病気を見る医者ではなくて、患者さんを診る医者になってほしいと思います。

そのためには、コミュニケーション能力を鍛えることも大切です。医者は『人』が相手の仕事で、コミュニケーションがスムーズにとれない場合、医療がうまくできないことがあります。また、患者さんを診る時、一人で診るわけではなく、患者さんの回りにはさまざまなコメディカルの人達が働いていて、その協力があってこそいい医療が提供できるのです。そのた

め、チーム医療の一員であるという自覚をもって、ほかの医療スタッフを尊重し、そのスタッフと協力していくことが大切です。

それと同時に、患者さんに対して最良の治療法を提供する上で、疾患の診断や治療法について、文献検索を行なうことは日常診療で必須のものです。研修医の時代から自分で論文などを検索する習慣をつけておくことはいいことだと思います。

研修医の先生方なりに一生懸命患者の診療にあたっていれば、患者さんはもちろん指導医や他のスタッフも協力してくれます。まずは、研修医の先生方が主体的に取り組んでみてください。その中で、わからない事や困ったことがあれば、積極的に指導医やコメディカルに相談したりして周りのスタッフを巻き込んでください。先生方の情熱でいろんな垣根を越えることでより充実した研修ができると信じています。研修医の先生方、頑張ってください。

若手コーナー

研修医として指導医に求めること

琉球大学医学部附属病院卒後臨床研修センター　高松　岳矢

Ryumic（琉球大学医学部附属病院）初期研修医２年目の高松岳矢といいます。今回、研修医から指導医に求めることという内容で文章を書く機会をいただきました。よろしくお願いします。

ちょうど先日、よく一緒に遊んでいる大学時代の先輩と話していたところ、その先輩のところに研修医がローテートしてきたという話題になりました。そこで、先輩がいうには「いろいろ教えたいなとは思ってたけど、研修医が何を求めている分からないまま、それなりに一緒に仕事をしていた。それで、研修の最後になって、もっとかまって欲しかったと言われてしまったよ。」と、笑いながら苦労を語ってくれました。

この話を聞いて、研修医の立場にいる私は、指導医側も困ることがあるのだなと知り、また私自身、先生方に求めるものがはっきりしていなかったことを自覚しました。研修医として指導医に求めるもの、私の場合は何か、ひとつここに書いてみます。

はじめに、私はいままで自分が歩んできた研修の過程に対して、非常に満足しています。大学病院に所属していますが、研修プログラムが比較的自由であるため、沖縄本島の私立病院、離島の県立病院、離島の在宅療養支援診療所など、様々な場所でいろんな先生方にお世話になりました。それがとてもよかったです。

ローテートの良い点として、多分野の先生方に会えることがあります。初期研修医という立場を利用して（？）、はっきりいってご迷惑をかけながらも、全く初めての場所に飛び込ませてもらい、専門の先生から学ばせてもらい、本当に貴重な経験でした。そしてそのたびに印象的だったのは、出会った先生方がみな、それぞれの領域でいきいきとお仕事をされていたことでした。

そんなわけで、私はその仕事の面白さを教えてもらいたいと思います。

医師である私たちは、医師免許を取得したあと、自分自身で進む領域を選択します。そしてそれぞれの領域に、大袈裟に言えば、その個人の一生をかけていくわけです。どの科でも、臨床でも研究でも、大病院でも診療所でも、人間ひとりが取り組んでいるすべての仕事に、その人が見いだした楽しみがあるはずです。私はそれを聞きたいです。

それは進路の選択のため、という目的があってのことではありません。単純に面白い話を聞きたいからです。私自身の進路選択について、何人かの指導医に相談したこともありますが、意外に「選択」自体はその時のノリというか、そこまで決定的でなく、やっていくうちに楽しくなってきたという体験談をよく聞きました。どんな楽しみを見出したのでしょう。また、むしろ進路の選択とは逆に、自分が将来やりそうもない分野での、醍醐味、やりがいなんかを聞いたほうが、面白いこともあります。

だれかの興味のある話を聞くのは楽しいものです。情熱に触れることは意欲につながります。好きな話をすることは、コミュニケーションにもなります。

またその先生のこだわりが、診療のキモであったりもします。たとえば、術後合併症をおこ

さないための細かな心配り、入院させずに外来で疾患をコントロールする技術、患者に安心感を与える方法、服装にこだわりをもっている先生もいます。もちろん各科で最低限研修すべき事項はもれなく学ぶ必要がありますが、こういった教科書に書かれていないものこそ貴重です。

そして、大きな視点で医療を考えたときに、こうして各々が個性を発揮して医療を支えているということが実感できれば、いい世の中だなと思えるんじゃないでしょうか。自分のできることをやっていく、謙虚に。

こんな風に面白い話をきけたらいいなと思います。以上が研修医の私が指導医に求めることです。だいぶ私的な内容ですが、読んで頂きありがとうございました。

ここで一句

～やりがいを　語るあなたに　夢中です～