



## 研修医に臨むこと

— Output を意識し賢く経験をつもう —

琉球大学医学部第一内科 原永 修作



平成16年に開始された初期臨床研修制度もいろいろな経緯を経て平成22年から大きく改正されることになりました。おそらく今後も問題提起され、改正（改悪でないことを祈りますが）されることになるでしょう。指導医の先生方も研修医も振り回されることになるかもしれません。日々研修医や医学生の教育に携わらせていただいている立場として、このような制度の改正に惑わされず、ぶれない指導を行っていきたいと心がけていますが、まだまだ指導する立場として未熟さを感じています。そういう発展途上にある一指導医の考えであることをお断りしたうえで研修医の皆さんが実りある研修生活を送るための心構えとして重要であろうということを次の3つに絞って話を進めたいと思います。

- 1) 自らの目標設定と振り返りを行うこと。
- 2) 常にOutputを意識すること
- 3) 賢く経験を重ねること

以下にそれぞれに関して私なりの意見を述べます。

1) 臨床研修制度の中では細かい研修目標が設定されていますが、研修の初めからすべてを意識して取り組むのは困難であり、むしろ自ら達成目標を掲げて研修生活を過ごしていくことが理想的です。新臨床研修制度の細かいローテーションスケジュールの中で研修生活を送っていると、日々の業務に追われ、気がつくとも研修期間が過ぎていくということになりがちです。もちろん、ローテーションした診療科に一定期間、身を置いた分、何らかの成果はあるでしょうが、研修は小さな目標の達成の積み重ねによ

ってなされるべきです。自分がどのような医師になりたいか、どの道に進みたいかという大きな目標の達成のために、ローテーションする診療科ごとに具体的な目標を掲げそれをクリアしながらより充実した研修を送って欲しいと思います。たとえば私の属する呼吸器・感染症内科なら「グラム染色を〇回やる」「呼吸音の聴診ができるようになる」「胸部X線が読めるようになる」「血液ガスの解釈ができるようになる」といったことになるでしょう。また、「今日は〇〇ができるようになるぞ」といったような日々の簡単な目標を立てることも必要でしょう。忙しい研修の中におぼれるのではなく、日々の目標に向かって研修を続けることでモチベーションも維持しやすくなることと思います。そうはいっても、最初のころは研修医の皆さんはどのように目標設定したらいいかわからないこともあるかと思います。オリエンテーションや実際の診療の中で指導医の先生方がうまく誘導して、実行可能な目標設定をサポートしてあげることも必要でしょう。

せっかく自ら掲げた目標も達成できたかどうかを振り返ってみなければ意味がありません。ローテーションの区切りごとに自分がその期間に何を達成したか、何を経験したか、何が不十分であったかを同僚や上級医、指導医と一緒に振り返りをすることは成長している自分を認識する意味で重要です。また、日々の研修をその日の最後に振り返ることも「昨日よりも一歩成長した自分」を自覚することになり、その積み重ねによって1年後、2年後には自分が目指していた姿にたどりつくことになることで

しょう。

2) 研修医の皆さんにとってもっとも身近であり重要な output はプレゼンテーションではないかと思います。私自身、場に即したプレゼンテーションができるようになることは臨床能力アップの早道だと考えており、研修医や医学生にできるだけプレゼンテーションの機会を設けるようにしています。研修医の先生方にとっては、毎日プレゼンをさせられるのは苦痛かもしれませんが、自分の得た患者情報や知識を確立するにはやはり output に勝るものはありません。自分が何を理解していて何を理解していないかは表現してみて初めて明らかになります。研修医にとっては回診、コンサルテーション、申し送りなどプレゼンテーションをする場面が多々あるかともいますが、これらを「させられる」とか「しなければならない」という感覚ではなく、自分の能力を試す、自分の臨床力が上がる「チャンス」だと思って取り組んでいただきたいと思います。もちろん的を射たプレゼンテーションができるようになるためには、問診、身体所見、検査データなどどれも欠かすことができません。むしろこれらのデータはプレゼンテーションという一つの output のための input と考えてもよいでしょう。しかし、最も重要な output は患者さんに対して診療を行うことであるということは言うまでもありません。研修医に限らず、われわれ医療者は患者さ

んに適切な医療を提供するという output のために詳細な問診をとり、身体所見をとり、必要な検査結果を得るという input を行っているのだということを再確認する必要があります。

3) Sir William Osler の言葉に “The value of experience is not in seeing much but seeing wisely.” という一節があります。経験の価値は数が多ければよいということではない。1つ1つをより広く、そしてより深く経験することであるということでしょう。私もそうでしたが、若いうちは、多くの症例を経験し、多くの手技を早く経験したいと思うものです。多くの経験から学ぶことは大事です。ただ、数をこなしているからといって必ずしも身になるというものでありません。例えば同じ肺炎の症例でも、背景が異なり、聴診所見が異なり、重症度が異なり、その都度新しいことを学ぶチャンスはあります。1つ1つの症例から今度は何を学ぶかを意識しながら診療にあたる必要があります。同じような経験をただ繰り返すのではなく、視野を広くして賢く経験を積むことで臨床能力がアップすることにつながるのです。

研修医の皆さんには、自らの目標を立て、日々振り返り、output を意識した診療の中で賢く経験を積み重ねて臨床能力を高めながら充実した研修生活を送り、気がつけば自分の理想の医師像に近付いている。そういう風になってもらいたいものです。

**原稿募集!**

「若手コーナー」(1,500字程度) の原稿を随時、募集いたします。開業顛末記、今後の進路を決める先生方へのアドバイス等についてご寄稿下さい。



## 理想の指導医

琉球大学医学部附属病院卒後臨床研修センター 安藤 美月



早いもので研修医生活も2年目となった。今までの約15ヵ月間、私は琉球大学医学部附属病院をはじめ、県立宮古病院、オリブ山病院にて臨床研修を行い、実に多くの先生方に医療についてはもちろん、コミュニケーションの重要性、生死について等、多くのことを御指導いただいた。そして私は自分の研修医生活はとても有意義なものになっていると自負している。今回は『研修医が理想とする指導医』ということで、自分であれこれ考えてみたが、研修医も十人十色、いろいろなタイプがいる。ここに述べる理想像はあくまで私が理想とする指導医であり、すべての研修医が私と同じように感じているかどうかはわからない点を御了承いただけたらと思う。

『理想の指導医』だが、私個人的には、①話しやすく質問しやすい、②分かりやすく基本から指導してくれる、③困った時には相談に乗ってもらえる、また連絡がとれる、④間違っただけをした際にはそれをしっかり指摘してくれる指導医を理想としている。机の上の勉強とは違い、ベッドサイドに立ち医療を学んでいく立場に立つと、思いもよらなかったことに疑問を感じ、悩むことが多々ある。そういった時、指導医の先生がとても話しづらいと、こちらも萎縮してしまい、「こんなことを聞いたらバカだと思われないか？」などくだらない事を考え質問出来ず、答えも見いだせないまま、うやむやに終わらせてしまうことがある。もちろん、そうであっても第一に患者のことを考え、どんなに指導医に笑われようが質問すべきであろうが、協力を得られず、挙句の果てに一喝された

際には、その指導医に次、質問することはないと断言してもいい。そのことが診療に影響を及ぼさなければよいが、患者に不利益を与えるようなことでもあれば目も当てられない。指導にあたる先生方には出来れば私達がどんなにくだらない質問をしたとしても、笑顔で馬鹿にせず、一つ一つ説明してほしい。またその際の説明がとてもわかりやすいと、その場で疑問をすぐに解決できる上に、脳裏に焼き付いてきつと一生忘れないであろう。そして将来、自分の後輩が同じようなことを疑問に思った際には自分も同じことを感じたことがあると笑顔で説明できるであろう。

困った際には連絡が取れる指導医という点だが、診療、教育と多忙な指導医にとっては、ずっと研修医の傍にいろという事は事実上無理な話である。研修医たるものは患者のバイタルの微々たる変化にもその後が予想出来ずに不安の塊の中で生きている。かくなる私も一年目の4月、まだろくにライン取りも出来ない時に、患者が目の前で「ちょっと胸が痛い気がする」と訴えた時は真っ青になって慌てふためいたものである。指導医と連絡が取れても、そんなことで電話するなど頭ごなしに怒られてしまうと、次に本物のバイタル変化などが起こった際には私達は指導医に連絡しづらくなってしまふ。そんな時は身の振りかまわず、患者を第一に考え、怒られようが指導医に連絡を取り、また連絡が取れない際には周りに助けを求めるべきだと考えるが、指導医に連絡を取る時点で尻込みをしてしまふ研修医も中にはいると思う。そうならない為にも、研修医が不安で連絡をした際

には、なぜ不安に思っているのかをくみ取ってほしい。もちろん私は決して研修医には常に優しくしろと訴えているわけではない。中には非常識な行動をとる研修医もいると思う。その際にはその研修医の将来を思って、なぜ私達が間違っているのかを指摘してほしい。そこで文句を言うような研修医であれば、指導医としても決して面白くはないであろうが、その研修医は人間として、そのレベルでしかないのだ。

基本的に私は有名病院、無名病院、どんな病院で研修をしようが、そこで良い研修を受けられるか否かは、すべて研修医一人一人の『やる

気』にかかっていると考えている。つまり私達研修医がこんなことを学びたい、経験したいと自分の意思表示をはっきり示せば、指導医からはそれ相応のフィードバックはしっかりあるものである。研修医自身が積極的な態度を見せない限りは指導医からは得られるものも得られないと思っはいるが、研修医も十人十色、きつと自分からうまく表現できない人もなかにはいると思うし、私のような考えでない人も多くいると思う。しかし基本的には大半の研修医は指導に当たる先生方の人間味ある、熱い指導を求めていると思う。少なくとも私は求めている。

## お知らせ

### 暴力団追放に関する相談窓口

暴力団に関するすべての相談については、警察ではもちろんのこと、当県民会議でも応じており、専門的知識や経験を豊富に有する暴力追放相談委員が対応方針についてアドバイスしています。暴力団の事でお困りの方は一人で悩まず警察や当県民会議にご相談下さい。

●暴力団に関する困り事・相談は下記のところへ

受付 月曜日～金曜日（ただし、祝祭日は除きます）

午前10時00分～午後5時00分

TEL (098) 868 - 0893 なくそうヤクザ 862 - 0007 スリーオーセブン

FAX (098) 869 - 8930 (24時間対応可)

電話による相談で不十分な場合は、面接によるアドバイスを行います。

「暴力団から不当な要求を受けてお困りの方は

.....悩まずに今すぐご相談を（相談無料・秘密厳守!）」

財団法人 暴力団追放沖縄県民会議