## 人生の扉を開けるようなビッグイベント

鈴木　文歌

「人生を大きく左右する扉は、自分ではなく他人が開ける」大学の研修医になるときの最初のオリエンテーションで、当学理事長の菊地　臣一先生がくださった言葉です。今回の海外研修で、私はその言葉を何度もかみしめました。今回の海外研修の話は、11 月の段階では知っていましたが、11 月は都合が悪くていけず、そのままにしていました。その後、その話が 2 月に延期され、行き先もオーストラリア、シンガポールに変わったことを同じ救急科を選択した吉成さんに聞きました。しかもそれを知ったのも年の暮れ 12 月。行ってみたい気持ちはありましたが、英語も得意ではない私が本当に行って大丈夫かという不安もありました。そんなとき背中を押してくれたのが吉成さん。一緒に行かない？と何回か誘ってくれました。それから、大谷先生もまだまだ間に合うから申し込んでみたら、と勧めてくださいました。そして、私の海外研修への第一歩が始まりました。

きっかけは色々ですが、背中を押してくれた吉成さんをはじめ多くの方々に私は人生の扉を開けてもらった気がします。この研修に参加できて本当によかったと思います。この企画を考案してくださりチャンスを与えてくださった石川先生を始めコーディネートしてくださった葛西先生、池上先生、引率してくださった Nollet 先生、大谷先生、加藤さんをはじめ事務の方々、そしてそれから海外で出会ったたくさんの先生方に感謝の気持ちでいっぱいです。

私は４月から東北大学のリハビリテーション科に入局します。病気を治した後の患者さんが、自分らしく生きていけるための環境設定や機能回復に携わりたいと思います。病院では病気は確かによくなりますが、いったん起こった病気によって今までと同じようには生活できないことが多いと思います。病気を抱えながら病気とうまく付き合いながら生きていくためにリハビリや環境整備が必要になると思います。そしてそのお手伝いをしたいと思っています。今回海外研修に参加したのは、日本のリハビリと海外のリハビリはどのように違うかをみてみたかったからです。まだまだ日本のリハビリは遅れていて、海外ではもっと大きな施設で大規模にリハビリをしていると聞いたことがありました。もし、海外に留学に行く機会があったなら行ってみたいと思っていました。

今回、どちらの国でもリハビリの施設見学をさせていただきました。どちらも大きな病院の中に大きなリハビリ施設がありました。政府のつくった病院に大きなリハビリ施設があることにまず驚きました。そして、そこには能力の高い therapist がそれぞれ独立して働いていました。手の手術のあとの hand therapist や火傷の治療のための therapist

【リハビリ器具】

など、日本にはまだ少ない専門家もたくさんいました。そして手術を担当した外科医に相談しながらその人にあったレジメをつくってリハビリをしていました。家の改装が必要なときには therapist が家まで見に行くそうです。印象に残ったことは OT,PT,Ns など、それぞれの職種の人の能力が高く、それぞれが患者をよくするために独立して働いていること、何か相談があるときには職種間で綿密に相談していたことです。日本は医師のオーダーがないとできないという制約が結構あるように思います。医師が一番というのではなく、それぞれの specialist は対等に患者に関わりあうべきだと思いました。リハビリの分野も豊富で、様々な病気の人が様々に入院しており、その人に合ったリハビリが必要です。リハビリ専門医は全体の assessment,ゴール設定、危険予測などの統一的な仕事をしていました。シンガポールには生活習慣病の改善のために、運動できる LIFE center が設立されて運動のプログラムを組み、政府がきちんと生活習慣やリハビリを認識していると思いました。

シンガポールで同じくリハビリ研修中の卒後 9 年目の Chiong.さんに出会いました。シンガポールで専門医を取るためには日本より長い時間がかかるそうです。いろいろお話しましたが、私の英語力がいまひとつで彼女の言っていることの半分くらいしか分からなかったです。けれども、彼女も一生懸命聞いてくださって、同じ志を持つ人と英語で色々な話ができて本当にうれしかったです。これから英語を学ぶことを継続しようと思いました。

【Chiong.さんとの記念撮影】

オーストラリアで出会ったアンさんも印象的でした。彼女はボンド大学の 4 年生で私たちが gold coast hospital を見学するときに案内してくださった方ですが、とっても日本語が上手ではじめて会ったとき驚きました。彼女は日本で生まれて 19 歳まで日本にいたそうです。Medical school の 4 年生は病棟に出て、ほとんど日本の研修医のような仕事をしています。病棟業務、採血、挿管、胸腔ドレーン挿入、手術のこう引きなどは、medical student の仕事です。病棟で患者が急変すると、彼らがリーダーシップをとって蘇生チームが動くこともあるそうです。彼らの講義にも参加しました。内科の講義でしたが、症例の主訴から考えられる鑑別疾患をあげてそれが正しいかどうかをみんなで考えていくという形でした。私たちの受けた受身の講義とは大違いで、20 人程度のディスカッションで行います。事前に予習してあってみんな挙手し積極的に参加していました。それから、テストにおける OSCE の割合が高くそれに対してものすごく勉強し、練習しているということが印象的でした。OSCE では病院を受診した本物の患者さんが選ばれてやってきます。その人がもっている病気を診断し、適切に評価して治療方針を決定します。たとえばいきなりリウマチの患者さんがやってきてその診断と、適切な検査、症状に対しての治療方針をたて、それを評価されます。また、別のブースでは本当に心疾患を持つ人がやってきて、その場で心

電図をとってその波形を正確に読んで consult するスキルをみるそうです。私はそれを聞いたとき、海外の医学生はものすごく勉強しているなとびっくりしました。私たちの講義と違うのはある一人の患者を診たときにまず幅の広い考え方で色々な病気を考えて、そこから絞り込んでいくというトレーニングを受けている点でした。まさに臨床に根ざした講義だと思いました。私たちの大学にもこのシステムが取り入れられたら、すごくいいのではないかと思います。学生時代にこのように臨床の力がある程度ついているから GP も発展して地域に根ざしていけるのではないかと思いました。

2 つの国で医療システムの違いについても感じました。オーストラリアもシンガポールも GP という Generalist がいて、まずそこを受診してそのあと専門医を受診するのが一般的です。日本でいう、かかりつけ医のようなものですが、風邪や胃腸炎や小外科だけでなく場所によっては帝王切開まで解決できるそうです。また、婦人科の細胞診などは GP が行うもので婦人科を受診することはないそうです。このシステムが日本にあったらその病院の機能にあった患者が選別されて、今よりも医師の負担が減り、より地域で協力し合ってうまく機能するのではないかと思いました。日本ではそれぞれ専門性が高くてなかなか全体をみられる医師は少ないように思います。しっかりと GP のやる最低限の範囲を決めておけば、GP は日本にもあったらいいシステムだと思います。そして、そのためには医学教育から見直す必要もあるのではないかと思いました。

最終日には小児科に入局する吉成さん知識さんと一緒に、救急科の池上先生のお知り合いのブリスベンの royal children's hospital の元麻酔科部長の Board 先生を紹介していただきました。ホテルまで迎えに来ていただき、こども病院を案内していただきました。

【royal children's hospital】

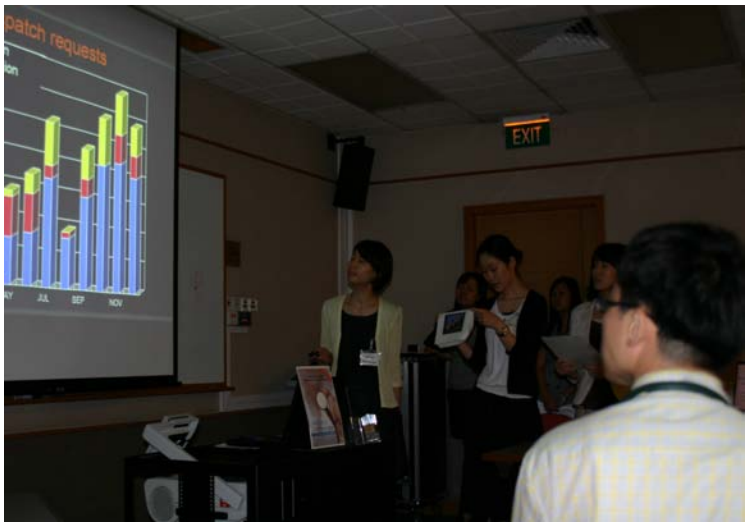
子供病院の壁はたくさんの絵が描いてあって、病院の壁も部屋も病室っぽくなく、素敵な病院でした。

手術室の中まで入って麻酔導入も見学しました。私たちが教わった日本のやり方とほとんど同じで、日本でやっていることは世界でも同じなのだな、と海外が一歩身近になりました。Board 先生のお宅に招待していただき手料理をごちそうになったりコアラ園まで連れて行っていただいたりと、楽しい思い出もたくさんできました。そして感じたのはどこの国でも子供の笑顔は同じ。そして子供だけでなく、世界中どこにいても笑顔はみんな同じでした。そして海外は今まで思っていたよりずっと近くに感じられるようになりました。

この研修で感じたこと、学んだこと何もかも自分にとって新鮮で、人生の扉を開けるようなビッグイベントでした。そして何よりもこの 5 人の仲間に出会えて、一緒に研修ができて本当によかったです。ブリスベン最後の夜、全員でまとめのミーティングをしました。そしてそれぞれの夢、今後について語り合いました。そんなみんなの夢を聞いて、とても

感動しました。私もがんばろうと思いました。私は福島のリハビリテーションをもう少し発展させたいと思います。高齢化を迎え、病気を抱えながらの生活のフォローがこれからは大切だと思います。そしてそのためにもいつかまた海外に勉強に行くのが新しい目標です。この研修を経験して、海外が前よりも近く感じられました。色んな方々の手で開かれた扉からまた一歩踏み出して、新しい目標に向かってがんばりたいと思います。

この研修で出会ったすべての方々に改めて感謝申し上げます。




【Singapore General Hospital でのプレゼンテーション】

【Bond 大学】