

にいがた  
勤務医ニュース

発行所  
新潟県医師会  
新潟市中央区医学町通2-13  
TEL 025(223)6381

## 誠実な医療と女性医師の活躍を願って



新潟県医師会 理事 高井 和江

ご卒業おめでとうございます。医師をめざして医学部に入学し、6年間という長く厳しい医学過程を修了し、医師国家試験に合格した皆さんに心からお祝い申し上げます。未だに課題の多い新専門医制度に戸惑いながらも、自分の将来の医師像を見据えて研修病院を選択し、これから始まる研修医生活に大きな期待と多少の不安がないままに日々を過ごされていることと思います。新潟県ではこの研修病院も若いエネルギーにあふれた研修医を大いに歓迎し、熱意をもって指導しています。病院の規模や地域性により、それぞれ特

色ある診療や役割を担ってあり、研修内容や指導体制も個性あるものと考えます。しかし研修の主体はあくまで研修医自身であり、充実した期待どおりの成果を得られるか、医師として大きく成長できるか否かは先生方自身の姿勢にかかっています。どんなに優秀な研修医でも最初は医療経験が乏しく、わからなくて当たり前です。あやふやなこと、不安なことは患者に実施する前に必ず確認する習慣をつけてください。成書や添付文書等で調べても不明な点は、周囲の医療スタッフに躊躇なく、謙虚に聞いてください。現在の医療は患者も含めたチーム医療であり、先輩・指導医以外にも看護師、薬剤師、理学療法士、ソーシャルワーカーなど素晴らしい専門スタッフとの協働で成り立っています。医療スタッフ間のコミュニケーションが大切で、

「女性だから」という理由で進みたい診療科やキャリア形成を決めて諦めず、医師としてのモチベーションを高く持ち続けてほしいと思います。新潟県でも大学、行政、県医師会が連携して「女性医師等キャリア支援連絡会議」が発足しました。県医師会では就業継続支援として相談窓口や保育サポートを検討しています。率直な意見や要望をぶつけて、女性医師が生き生きと活躍できる未来を皆さん

つとめています。研修医同志でトモに辛いことを共有し、成功体験を共有し、新しい知識を共有し、トモに想像力を働かせて、周りの方へ元気を分けてあげてください。疾患の診断、検査、その治療を行っていくには、何らかの根拠が必要となります。臨床現場では、その根拠は統計学的手法、生物学的研究、経験など様々な要因から成り立っています。よく知られた「EBM (Evidence-based medicine)」という考え方が出てきては27年です。臨床研究に基づく根拠を医学的判断の中で重要視するという考え方は、また、疾患ガイドラインは、その疾患における治療法のいわゆる道標といふことになり、患者さんの診療をしていくことになり、この上では、私から皆さんへの提案としては、四月から向き合う患者さんに、CAN, WANT, MUSTを背景(根拠)にして向き合ってください。CANは「自分は何ができるのか、何ができないのか、自分の強み、自分の弱みを知っておくこと。このためには、自己分析をしていかなければなりません。どこまで自信を持ってできるかどうかを見きわめることが大切で、例えば、自分は短気であることも分析できていれば、それは問題とはならないかもしれません」

## 卒業おめでとう



新潟大学大学院医歯学総合研究科 呼吸器・感染症内科学分野 教授 菊地 利明

## われらここに学び、そして羽ばたけり

みなさん、この度はご卒業おめでとうございます。新潟大学を卒業され、新潟県内での初期研修が決まっています。研修のためには新潟を離れる方、

あるいは県外の大学を卒業される春からの初期研修のために新潟県にいられた方、いろいろな方が小欄をお読みになられているのとおもいます。みなさんご自身の大学生活を振り返って、いかがだったでしょうか。大学入学した頃を思い出すと、きつと6年生は年齢的にずっと落ちていて見えて、大学卒業ははるか彼方のように感じられたのではありませんか。でもこうしていざ自分が卒業を迎えてみると、6年間はあっという間だったことと、国家試験はやつと終わったもの、

これからの研修医生活を考えて、とにかくバタバタして、とてなにかいられない、という心境ではないでしょうか。そのなかで、この場を借りて、みなさんに、この場を借りて、少し説教してみた一文となつてしまつたことをどうかお許し願います。みなさん4月からは社会人です。これまで学生という立場で見てきた医療現場に、今度は医療従事者として身を投じることになります。学生と社会人との一番の違いは、やはりなんと言つてもお給料を頂けることでしょうか。そこには当然職務という責任が生じます。テストでは間違つてもあ

「WANT」…患者さんはどうしたいのか、家族はどうしたいのか、医療チームはどうしたいのか。このためには、き(聞、聴、訊、利)く、即ち傾聴が必要になります。きいてもらい、共感された時には人間はうれしくなるものです。「MUST」…何をすべきなのか、何が求められているか。医師は、何が期待されているかを感ずる事が必要です。しかし、実際に医師への期待が直接言葉で表現されることは稀です。最後になりますが、これから数年間は、初めての経験が多く、不安なことがあるかもしれませぬ。しかし、先輩医師、スタッフ、友人、家族など多くの方が皆さんを支える体制でいます。皆さんを、気負わず、気持ちよく、ゆとりをもって、四月から安心して病院へ向かって下さい。



新潟県立柿崎病院 院長 太田 求磨

## トモにささえる 医師という生き方

卒業を迎えられた皆様、おめでとうございます。そして、私達の仲間になつてくれることを大変うれしく思います。卒業後20年以上経つていられる私から、晴れて医師になられた皆様へひと言お送りいたします。25年前ですが、OICという教育カリキュラムが日本に導入される時に、その模擬試験を見学したことを覚えております。この試験は大変だ」と話していたことを今でも覚えております。初期臨床研修医の先生と一緒に診療をしている今では、それは間違つた考えと反省して進歩して、卒業臨床研修も今の形式になって十五年を迎えます。臨床研修病院のプログラムを考へる方、実行する病院スタッフ、研修を受ける皆さんの先輩方などの努力により、どの

研修病院でも素晴らしいプログラムが実践されています。安心して、医師への第一歩を踏み出して、卒業することで、大きく変わることがあります。今までは与えられた課題を達成する教育から、今後は、自分で問題を見つけて、探求するという自己学習に大きく変わっていきます。今までの課題には、その答えが明確ではなかったが、今は白か、黒かがはっきりしない問題が出てきて、妥協する回答しかない場合も出てきます。このような場合に大切になるのは、患者さんとトモに取り組んでいく姿勢と気持ちです。相手の気持ちを感じられる心、決定判断のための選択肢を提案できる知識、その時にトモに支えたいという心が必要で、本来、どんな人でも、医療機関にはできれば関わりたくはないはずで、心身が健康で過ごしていけるように、向き合う患者さんへ元気を届けてあげてください。医師という職業は、元気を分けることが生業のひとつ

# これから医療現場に入門される先生方へ

国立病院機構西新潟中央病院 神経小児科 小松原 孝夫 (平成20年卒)



この度新たに医師としての門出をお迎えの先生方におかれましては、大学卒業までにおめでとうございます。ご家族の皆様のお喜びもひとしおのことと存じます。

私が平成20年に新潟大学を卒業してからは、早いもので、もう10年経ってしまいました。現在は、国立病院機構西新潟中央病院で神経小児科医として勤務しております。神経小児科とは聞きなれない分野かもしれませんが、小児科の中でも神経疾患、てんかん、発達障害等の疾患を

# ご卒業おめでとうございます

厚生連長岡中央総合病院 整形外科 関本 浩之 (平成27年卒)



卒業生の皆さん、この度はご卒業おめでとうございます。6年間の学生生活も終わりこれから始まる研修医生活に期待と不安を抱えている頃かと思えます。

そんなみなさんの不安を少しでも取り除けるように僭越ではございますが自分が研修医の時期に経験し感じたことをお伝えしようかと思えます。

研修医になって特に痛感したことはすべての行為に責任が伴うということです。社会人としては当たり前のことですが命を預かるという職業としての特性として責任の重さはひしひしと感じると思います。普段の何気ない言動一つとっても周囲の眼は想像している以上に厳しく、研修医といえど「医師」としての評価を下されます。自分がいかに未熟でも患者さんからすれば自分の主治医です。その評価

# 最初が肝心

長岡赤十字病院 岩 淵 洋平 (平成29年卒)



子どもでした。知識も経験も今よりもさらに未熟であり、多くの先生方のご助言を頂きながら診療にあたりましたが、日々自分の無力感を感じる毎日でした。この、分らない過ぎて不安な気持ち、無力感を経験し、いつか自分でしっかりとこの子を支えられるようになりたいと考えたことが、今の専門分野の選択に繋がりました。これから先生方も多くの患者さんを担当し、様々な困難や挫折を感じることもあるかと思いますが、そのすべての経験が、将来を考えると大切な道標になることではないでしょうか。そのためにも、1例でも多くの症例を経験し、患者さんやご家族のお話を聴き、実際の臨床の現場から、自身の将来を決めていくのが良いのではないかと思います。

それでは、いつか皆さんと一緒に働ける日を楽しみにしております！

# 社会人1年目

新潟大学大学院医歯学総合研究科 消化器内科学分野 茂木 聡子 (平成27年卒)



この度はご卒業おめでとうございます。国家試験、大変お疲れさまでした。

試験期間を終えた開放感の中、4月からの生活への期待が高まっている頃かと思えます。

その実、6年間かけてあれだけ勉強してきたのに4月からは何もできない状態から働き始めます。点滴や薬のオーダー、ルート確保、何もかも初めてで、入れば、カルテがみるみる積み上がり、救急車がどんどんやってくる。そこでアドバイスです。大切なのは「患者のために自分ができる限りを尽くすこと」と「自分ができないことは人に頼ること」です。

# 4月から一緒に働く皆さんへ

新潟市民病院 研修医 横山 華子 (平成30年卒)



ご卒業おめでとうございます。医学士としての6年間、国家試験大変お疲れ様でした。私は新潟市民病院研修医1年目の横山と申します。最も皆さんに近い立場として、この1年間を通して心がけが必要と感じたことを4つ、反省を踏まえ書きたいと思っております。まず1つ目は、可能な限り患者さんと会い直接話をすることです。研修医は比較的時間があまりないので、患者さんの問診や身体診察に時間をかけることができます。カルテ上の情報だけでなく、直接お話を伺うことで患者さんの真の訴えを聞き取ることができず、また一度経験した身体所見は何度参考書を読むより鮮明に記憶に残ります。可能な限り病棟に足を運ぶように心がけました。2つ目は、自分が何も知らないことを自覚することです。研修医として働き始めた4月は毎日分からないことの連続です。医学的な知識はもちろんですが、カルテの使い方、処方方の仕方、病棟ルールなどいろいろありません。知らないことに一回一回ショックを受けているのは一回一回ショックを受けているのは職種の方にも教えて頂くという姿勢を大切に、分かっていないことは2回目からは一人で行けるように心掛けることが大切だと思います。3つ目は、積極性を大切にすることです。私はもともと、指導医の先生に質問や意見を述べることが苦手でした。手技も怖く自分からやらせて下さいと言えませんでした。しかし、自分から何かに努力していかなければなりません。これから先生方が多くの患者と出会い、その中で多くの学びを得て充実した研修医生活を送れるよう心より願っています。

先生方が最初に行えることは、患者とよく話し、触診・聴診など直接身体に触れて状態を確かめることです。具体的な患者の訴えは、教科書をより価値あるものにします。うまくAssessment/Planが立てられなければ、まわりに意見を求めましょう。経験豊富な上級医の思考や行動をよく聞いて・見て・学び・実行する(真似る)ことで、どんどん患者のために自分ができることが増えていきます。

私の恩師は、「患者は医者にとつて一番の先生」であり、たくさん患者と出会って、人たちのために何が出来るか考えた時間が私の財産になると話してくれました。一人で考えても頭打ちですので、せっかくだからたくさんの人から力を借りるといいと思います。それが無いと、自分の責任が問われると書きましたが研修医の責任はすべて上級医、指導医のもので、研修医を終れば今度はずべて自分の責任となりま

提案や質問する際は、その前に本を読んで調べるなど準備が必要で、また手技にしても、やり方を調べ頭の中でシミュレーションも必要です。私はその自分で考えた過程や準備が、後の記憶となる大切な過程であると実感しました。4つ目は、共に働く研修医の同期を大切にすることです。お互い経験した症例を共有したり、日々の何気ない会話や後の診療の役に立つこともあります。また困った時や悩んだ時に医局のデスクに戻り、同期と話しをすると気持ちの晴れることがあります。同期の存在は皆さんの支えになるでしょう。そんなこれから出会う仲間を大切にしたいと思っております。

私からは以上となります。実際のところ、現場に出て動いてみるのが一番です。1年間はあっという間に過ぎてしまいます。4月は何もできなくても、日々少しずつできることが増える自分が実感できた時、仕事の楽しさを実感できるでしょう。1日1日の学びと出合いを大切に、一緒に頑張りましょう。

# 編集後記

親になって十数年、子供の成長をみて思うことがある。「できなかつた」という喜びは大きいものだと感じる。

今号は、この春卒業する皆様に向けて、先輩たちからのエールを掲載しています。

初めは色々「できない」「ことが多いと感じるでしょうけど、伸び盛りの今、積極的に様々なことに取り組み、医師としての喜び・辛さ・楽しみを経験して頂きたいと思えます。そして知識・技術・人間性豊かな医師へと大きく成長されることを祈念致します。それぞれの研修先で皆様が充実した医師生活を送れるよう心から応援しています。

ご卒業おめでとうございます。(羽入)