

## Break Through!



石飛奈津子  
島根県立中央病院  
救命救急科

「10年目の憂鬱」、そんな言葉をこの研修中にある本で目にしました。社会人10年目、それなりに仕事はできるが今後どう生きるかということに迷いを感じる頃だという意味なのだそうです。

私がこのプログラムを知ったのは、先の言葉がぴったりな医師10年目を目前とした秋でした。私の日常は、救命センターで救急と集中治療を中心として walk-in の患者から重症患者まで診療する中で、高齢化率日本一の島根県ですので様々な並存疾患のマネジメントや退院までの社会的マネジメントも行っている日々です。いつの間にか後期研修終了から数年経ち、診療も独立して任され、研修医教育を任され、家庭を持ち、その一方で慌ただしく職場と家庭を往復するだけの毎日で、このままでよいのだろうかという将来に対してのジレンマを抱えていました。そんなある日、とある救急系メーリングリストで1通のメールが目に残りました。「これだ！今応募するしかない！」…それが今回のプログラムでした。読んだ瞬間に参加を決意していました。

上司からは拍子抜けするほどあっさりと二つ返事で参加の了解を得ました。主人の理解もすんなり得られたものの、共働き核家族の我が家にとって私が1ヶ月不在にするということは前代未聞の一大事であり、調整に苦心しました。どうやって4歳と2歳の2人の子供の面倒を見るのか、主人と何度も話し合いました。幼い子供を置いてまで、と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが。しかしそれでも今の参加でなければならない理由と強い気持ちが私にはありました。結果として主人の職場の上司、保育所の先生方にもご理解とご協力をいただき、子供達も無事に1ヶ月を乗り切ることができました。

申し込みが受理されてからの半年は多忙な日常に追われながら過ぎ、渡米の日はあるという間にやってきました。こうして2016年5月5日から6月3日の1ヶ月間の Olive View UCLA-Medical Center (以下、OVMC) での研修が始まりました。

今回の研修で私が目標としたことは、1. 患者に対しての医療的、社会的マネジメントに取り入れられる点を見つけること、2. 教育で取り入れられる点を見つけること、3. 英語コンプレックスを少しでもなんとかすること、でした。

アメリカでは患者が自分の身体について知りたいことを知る権利が確立されているということや多文化社会であり人生観なども多様である影響なのだと思いますが、電話で24時間365日20ヶ国語以上の医療通訳が入手可能であるというアクセスのよさには驚きましたし、

Bioethics consult という機能も興味深いものでした。Bioethics consult は、日本でいう倫理委員会のようなものですが、患者本人の意思決定が困難なケースで患者尊厳や医学的妥当性と患者代理人の意志が相反する場合に調整機関として機能するようです。しかし、少なくとも当院の倫理委員会よりははるかに垣根が低く、比較的容易に consult を受け活動しているようでした。当院でも日本語が流暢でない患者さんの来院は少なからずありますし、自己決定が難しい患者さんの終末期医療が社会的にも問題になりつつあります。患者と医療者がお互いに納得した上で医療を提供するために備えておくべきものについて改めて考えさせられました。

OVMC は、公立病院であり、低所得であったり無保険であったりする患者の受診が多く、金銭的な問題や社会的な問題から身体的な問題に至っているケースも多々あるようでした。複雑に絡み合う問題に対しても医師のみならずそれぞれの職業におけるプロ意識と互いを尊敬尊重しあいながら診療を行っている様子に感銘を受けました。職種が異なっても年代が異なっても、お互いに意見し尊重しあえる雰囲気はよりよい患者のゴールを目指す上でも重要であると思います。

日本ではどうしても年功序列となってしまうこともあり、研修医から上級医に意見しにくい雰囲気が残っていることも多いと思いますが、上級医となった今、私がまず後輩からも他職種からも意見をもらいやすい人間にならねばならないと思いました。

後輩への教育においては、自惚れることなく他者に対して常に尊敬と尊重を忘れないという人間性を育てていくことも上級医の重要な責務であると感じました。また、「What's your decision?」と上級医が intern へ度々尋ねていたことも印象的で、自らの意見を述べ主体的に診療できるように育てるためには上級医が正解を与えるのではなく「ど



う考えるのか、なぜそう思うのか」と積極的に意見を求める姿勢が必要であると思いました。

英語に関しては、日本の家族と Skype で会話する以外ほぼ全て英語漬けの生活であったので、技術的には多少なりとも改善はされた…と自分では思っていますが、1ヶ月で一番大きく変わったのは英語学習に対するモチベーションととにかく喋るしかないという気持ちでした。最初は私なりになんとか頑張って話そうと決意して挑んだものの、聴き取れない、伝えられない、ということに本当に憂鬱になりました。しかし、皆優しく温かい方々に囲まれたことと、このプログラムのアラムナイの先生方に励ましをいただいたことで、研修3週目頃から良い意味で開き直ることができ、積極的に話すようになれました。帰国後、人生で初めて英語での夢を見た翌朝は恥ずかしながら自分で自分に感動してしまいました。

そして今回の3つの目標以外にも、Dr. Waliをはじめとして女性も男性もプライベートもキャリアも大事にしながらいきいきと働いている、笑顔で生活を楽しんでいる姿が私にとっては大変印象的でした。この1ヶ月間、家族には大変な思いをさせたとは思いますが、しかし、それも含めて、今の環境に残ったままではできなかった貴重な勉強と経験をさせていただいたと思いますし、私そして主人と子供達にとっても新たな挑戦となった1ヶ月でした。家族皆、新たな世界を発見できました。仕事だけでなくプライベートにおいても今回の研修で得たモチベーションと経験をどう現実生に生かし続けるか、どう後輩たちに伝えるかということが今後の私の課題です。

最後になりましたが、今回の研修で多大なるご支援をいただきました ACP 日本支部の矢野晴美先生、牧石徹也先生をはじめとするアラムナイの先生方、Olive View Medical Center の Dr. Soma Wali、Mr. Norman Belisle、そして快く送り出してくれた上司、同僚そして主人と子供達に心から感謝致します。

