

## 研修報告書 No. 2

所 属：県外病院研修生

研修先：佐川町立高北国民健康保険病院

仁淀川町国民健康保険大崎診療所

2016年4月4日～4月27日の1か月間、高知県の佐川町立高北国民健康保健病院および仁淀川町国民健康保険大崎診療所で研修させていただきました。

研修医となって1年間、大学病院でしか勤務経験がない私にとって、地域医療は非常によい経験であり有意義な研修をすることができました。

高北病院では入院患者の管理、外来診療、各種検査の見学など院内業務に加え、訪問診療や訪問看護、デイサービスなどの施設見学といった地域に寄り添った業務を行いました。入院、外来を問わず、患者の多くは80歳以上であり、誤嚥性肺炎や褥瘡、尿路感染症など高齢者に多い疾患を診る機会が多くありました。しかし高齢のため様々な病態が合併して複雑化し、一般的な治療が著効しないこともあり、指導医の先生に手取り足取りご指導いただきました。高齢者の病態を把握するためには診療科を問わず様々な知識が必要であると思われられました。

訪問診療・看護に同伴させていただいた際には様々なご家庭を訪問しました。訪問先は病院から車で片道20分以上、山を登ったところに一人暮らししている方や、老々介護のご夫婦で共に歩行に不安があるなど、自力での通院が難しい方が主でした。都会と違い、交通機関が張り巡らされているわけではありませんので、自家用車を運転できない方や長時間の歩行ができない方はどうしても病院が疎遠になってしまいます。訪問診療・看護など地域を包括する医療は必要不可欠なものであり、地域の高齢患者の支えになっていると実感しました。このような医療も大学病院では滅多に経験できないことですので、貴重な体験となりました。

地域ぐるみの活動として、デイサービスやグループホームなどの施設入居者や、公民館などに集まった有志の方達が行っている百歳体操という試みにも参加させていただきました。これは高齢者の日常生活動作に必要な筋力向上を主な目的とした高知市発祥の体操で、今では全国に広まり始めているものです。それぞれ個人の筋力に合わせて負荷をかけて行いますが、実際にやってみると意外と大変で翌日は筋肉痛になる程でした。確かにこのような体操を定期的に行っていれば、転倒や廃用を防ぎ健康寿命を延ばすことにつながりますので、さらに多くの地域で取り入れられるべきだと感じました。

大崎診療所では入院は無く、外来診療を行いました。この診療所は高齢化率50%を超える町にあり、高北病院よりさらに高齢の方が多く訪れていました。常勤医師1人で診療を行っている小さな診療所であり採血やレントゲンなど最小限の検査しか行えないため、限られた情報で患者の重症度を判断する必要がありました。すぐに精査として様々な検査が可能な大学病院はとても恵まれた環境だと改めて実感しました。

大学病院と、今回研修させていただいた病院・診療所で、私が感じた最も大きな違いは、求められる知識の範囲です。大学病院では診療科が細分化されている場合が多く、より専

門的で先進的な「深い」知識が必要とされます。しかし今回お世話になった病院・診療所では診療科を細分化するほど医師の数が多くなく、全身を網羅する「広い」知識が求められます。

この研修中にご指導いただいた先生方は「広く」かつ「深い」知識をもって診療されており、今後の研修を行うにあたり目指すべき目標となりました。

今回の地域研修では多くの貴重な体験をさせていただきました。お世話になった方々に、この場をお借りして厚く御礼申し上げます。