

研修報告書 No.18

所 属： 昭和大学横浜市北部病院

研修先： 土佐市民病院

この度、地域医療研修として 2024 年 1 月 4 日から 1 月 30 日まで、高知県土佐市の土佐市民病院で研修を行いましたので報告いたします。

地域研修を実施するにあたり関わって下さった皆様に、まずは心より御礼申し上げます。

私は現在横浜市の病院で研修医生活をしております。横浜市での生活は、出身の東京での生活と比べるとやや落ち着きがあり、緑も多い環境です。土佐市民病院へ行く前は、横浜市での長閑な生活よりもさらに自然が多いため、正直少々不安がありました。

しかし、土佐市へいざ到着するとおしゃれなパン屋さんやケーキ屋さんがあったり、美味しい和食のご飯屋さんも多くあったり、スーパーやドラッグストア、コンビニやファストフード店なども近隣にあり、不便さはほとんど感じずとても驚きました。

その上、高知県は人口密度が東京都の 68 分の 1 倍で面積も東京都の 3 倍です。つまり街中を歩いている人は多くなく、土地が広いため道もゆとりを持って設計されており、私にとってはとても過ごしやすい環境でした。治安もどこも良く、安心して女性 1 人でも歩くことができました。また、病院や官舎から見える景色はどこも山に囲まれており、常に自然が自分を癒してくれるような環境でした。そのような自然豊かな環境であるためか、心に余裕のある方が多く、患者さんとの会話もスムーズに進むことばかりでした。

業務については、基本的に毎日内科・外科などの外来を行いました。救急外来以外で初診の患者さんを自分で診る機会は今までになかったため、一般内科の外来をたくさんこなせたのはとてもいい経験になりました。私が研修していた時は、インフルエンザやコロナ、胃腸炎などが流行しており、そういった流行が分かることの面白さも感じました。頻度の多い症状を主訴にやってきた患者さんに対しても、今後は自信を持って対応していけそうです。

また、生活背景が人によって異なるということも身をもって感じました。高血圧治療を開始するにあたり外来受診された患者さんに対して、血圧計を購入し毎日血圧を記録して欲しいとお伝えした際に、血圧計を買う金銭的余裕がないと言われたこともありました。治療介入ができない場合もあるのだということを学び、そういった限界のある環境の中で、何を提供することができるのか、を考えることの大切さを感じました。

外科外来では大学病院とは違い、治療や手術のためにより大きい病院への受診を勧めたり、大きい病院での治療後のフォローアップ目的に受診されたりする患者さんがいました。普段自分が大学病院から逆紹介する患者さんたちのその後の過程をみることができたような感覚で、とても新鮮で勉強になりました。

また、外来で診た患者さんが入院となった場合には、自分が担当医となって上の先生方の

サポートのもと、入院管理を行いました。自分が主体となって治療方針を考えていくというのは責任をととても強く感じました。嚥下が難しい患者さんには、食事の形態を柔らかいものに変更するだけでなく、患者さんが言語聴覚士さんの介助下で実際に食事をしている所を見学して、どのくらい食事による誤嚥のリスクがあるのかを評価したり、リハビリを見学して患者さんが自宅へ戻れるのか、リハビリ病院を経由した方が良さそうなのかなどを判断したりと、退院後の生活も考慮した診療を行うことができました。専攻医になってからの働き方を連想させるような、とても貴重な体験でした。

病院の先生方もとても優しく指導して下さい、看護師さんや秘書さんなども本当に優しく接して下さいました。困っていることやわからないことがあってもすぐに誰かが助けてくださり、なんでも質問ができる環境でした。院長・副院長の先生方なども頻りに声をかけてくださり、垣根のない相談しやすい環境で、安全な医療を実践するにあたり、とてもいいことだと感じました。

土佐市民病院での1ヶ月間の研修は、地域に根差した医療を実践することができ、また自身の今後の医師像にもとても良い影響を与えてくださいました。本当にありがとうございました。