



[氏名] 白石 順
[出身都道府県] 兵庫県
[卒業期] 30期（平成19年度卒）



これから地域へ行かれる皆さんへ

はじめての一人当直、はじめての外来、はじめての主治医、と不安なことばかりだと思います。でも卒後10年以上経っても完璧な医療などできるものではありません。初期研修を終えたばかりの皆さんのほうが私ごときよりもフレッシュで豊富な知識を持っていると思います。私の経験上、地域は看護師さんも患者さんもとて優しいです。看護師さんは若造の医者扱いに慣れています。つつい虚勢を張りたくなる年頃ですが、所詮見透かされています。上手に頼ってください。患者さんは若くて未熟な医者でも信頼して頼りにしてくれます。それが辛いときでも気持ちを支えてくれます。それから県人会や初期研修の指導医などのネットワークを活かして、先輩医師に頼ってください。きっと助けてくれます。自分の健康管理にも十分気をつけてください。特に睡眠不足は大敵です。私も無理して夜更かしをして悪循環に陥ってしまった苦い思い出があります。



地域派遣中に頑張っって欲しいことは、患者の言うことを良く聞くこと、患者を注意深く観察することです。医療は知識だけではできません。「経験」とか「勘」も大事です。2年ほど前に久坂部洋さんの小説『無痛』を読んで衝撃を受けました。私も研修医のときから患者をめっちゃ観察していれば、顔を見ただけで診断できる奇跡のドクターになれたかもしれません。それが現実的に可能かどうかは別として、そういう意識を持って患者を見るのは大事だなあと思いました。まだ読んでいない人は是非。

私は卒後4-5年目に地域の小病院で主に高齢者の慢性疾患を治療するうちに、現代医療に疑問を持ち始めました。ガイドラインどおりに治療しても患者は元気になりません。患者の訴えに対して教科書に答えはありません。ガイドライン偏重、過剰検査、過剰投薬の日本の医療と、それに対する医療者・患者双方の信仰の強さにいたたまれなくなって、義務年限終了後すぐに国外脱出しました。今はラオスで自分の好きなように診療しています。薬をなるべく使わない生活習慣指導を中心にした診療です。9年間の義務年限の間に経験したこと、考えたことが、今の仕事に活きていると思います。皆さんも是非、色々悩んで考えて、自分らしい診療スタイルを開拓してください。