



地域医療からの情報発信

☆推薦文☆

地域医療の中で臨床研究を行った卒業生には、ユニークな経験と結果が与えられます。藤原健史先生（群馬県 32 期）は“**血圧**”に焦点を当て、地域医療の中で臨床研究を行ってきました。日常診療の中でよく目にする**血圧値**。そこに疑問を感じ、患者さんに研究協力をお願いする。そして、患者さんと研究結果を共有しあい、「先生検査してくれてありがとう」と喜んでいただく。藤原先生の得た経験と結果は、そういうものでした。その結果を見事に論文化(JAMA Cardiology. 2018;3:583-590)された藤原先生の経験談をご覧ください。

推薦者：Duke University 矢野裕一朗（宮崎県 25 期卒）

自治医科大学内科学講座循環器内科学部門 藤原健史（群馬県 32 期卒業）

群馬県 32 期卒業の藤原健史と申します。今回は、このような貴重な機会を与えてくださり、関係者の先生方に深く御礼申し上げます。私は、卒後臨床研修を終えた後、義務年限終了時までの 7 年間、ずっと地域医療に従事させていただきました。特筆できる研究があるわけではありませんが、地域医療に従事しながら行ってきた臨床研究を踏まえ、執筆させていただきます。



高知県での地域医療

卒後臨床研修開始後の最初の 4 月に循環器内科をローテートさせていただいた。学生時代は在宅緩和医療に興味があり、緩和ケア医を目指していたのだが、循環器内科学の学問的な面白さと素晴らしい指導医に恵まれ、それ以降は、循環器内科医になろう、と心に決めていた。医師 3 年目から、高知県への異動が決まり、地域医療を行いながらも循環器内科学を学びたいと考え、自治医大循環器内科の苅尾七臣教授に思い切って直接連絡を取らせていただいた。今考えれば、随分と大胆な行動に出たな、と私自身思うが、それがあって、現在の私につながる。医師 3 年目から循環器内科研究生に登録させていただき、高知県で日常臨床を行いながら、臨床での疑問点を大学の専門医の先生方に質問できる体制を構築していただいた。

高知県では嶺北中央病院、幡多けんみん病院、大月病院をそれぞれ 1 年間ずつ勤務させていただき、群馬では経験できないような沿岸地域の医療を経験する機会にも恵まれた。地域医療では患者さんとの距離が近く、コミュニケーションがとても大切であるが、地域での医療を経験する中で、山間部や沿岸部の違いを問わず、例え 100 歳近い超高齢の患者さんでも「**血圧**」を測定して、自分の健康管理を行っていることに気がついた。高血圧は、心血管イベント発症の最大のリスク因子であるので、目の前の患者さんの血圧をしっかりコントロールすることで、その患者さんの happy な時間を延長できるのではないかと、それ以降、高血圧に対する学問的興味湧いてきた。様々な地域の医療を経験する中で、地域環境やその地域特有の食生活は、血圧レベルに大きく影響していると感じた。そこで、大月病院赴任中に、約 900 名の外来患者さんに対して、食生活と減塩に対する意識、また血圧コントロール状況との関連を、アンケートベースで調査した。これが私にとって初めての臨床研究であり、その結果を学会発表した。その地域で生まれたエビデンスをその土地に

暮らす患者さんたちに説明/還元すると、とても有難がられ、私自身も喜びを実感することができた。

それ以降、自治医大循環器内科の星出聡教授と頻りに連絡を取らせていただくようになり、高血圧に対する大学主導の臨床研究に参加するようになった。また、自分自身で臨床試験計画書を作成して、実際にデータを集めることの難しさを学んだのもこの時期であった。

僻地での医師一人診療所での勤務へ

高知県での3年間の総合内科医としての勤務を終え、群馬県の東吾妻町国保診療所へ赴任した。結果的には、残りの義務年限の4年間すべて同診療所に勤務させていただいた。高知で学んだ経験から、腰を据えて高血圧の臨床研究を行おうと考え、群馬への異動とともに、自治医大循環器内科の社会人大学院生となった。医師一人かつ僻地の診療所となれば、良くも悪くも、その医師のカラーがかなり強くなるが、私は「血圧の先生」として、多くの患者さんに協力していただき、家庭血圧測定や24時間自由行動下測定(ABPM)を行った。それらのデータを解析し、学位論文という形に残した¹⁾²⁾。また、南三陸病院の西澤匡史先生と共同研究を行い、「就寝前血圧は夕食前血圧と比較して約9mmHgも低い」という、ありそうでなかった実臨床に直結するような結果をまとめた³⁾。それらと並行して、大学でのデータベースを解析させていただく機会も多くいただき、論文化することができた⁴⁾⁵⁾。走馬灯のように早く過ぎた4年間であったが、地域にいながらも僅かばかりの情報発信はできたと思う。臨床研究を行うにあたりサポートいただいた診療所スタッフや患者さんたちには心から感謝申し上げたい。

家庭血圧計を用いて定義した仮面高血圧と脳卒中リスクとの関連

東吾妻町国保診療所勤務中に、自治医大循環器内科主導で行われた家庭血圧の心血管予後予想能を評価する前向き観察研究(J-HOP研究)のデータを解析させていただく機会をいただいた。これまでは、仮面高血圧の患者は正常血圧者と比較して高血圧性臓器障害が進展し、心血管イベントリスクが高いことは報告されていたが、これらは一般地域集団を対象としたものやABPMを用いて仮面高血圧を定義したものであった。我々は、日本人の外来通院中の患者で、家庭血圧計を用いて定義した仮面高血圧は心血管予後と関連する、という仮説を立てて、解析を行った。その結果、家庭血圧計を用いて定義した仮面高血圧は、正常血圧者と比較して、血中BNPが高値であり、また尿中アルブミン排泄量も有意に高かった。また、中央値3.9年の観察期間において、家庭血圧計を用いて定義した仮面高血圧は脳卒中発症の有意なリスク因子であり、そのリスクは臓器障害の進展とは独立することを報告した⁶⁾。ABPMと比較して、家庭血圧測定は忍容性が高く、我が国では広く普及している。その家庭血圧が、ハイリスク高血圧患者を同定し、脳卒中発症に対する予防/治療戦略に役立つことを証明できたことは、日常臨床を行う上で重要なエビデンスであると考えられる。

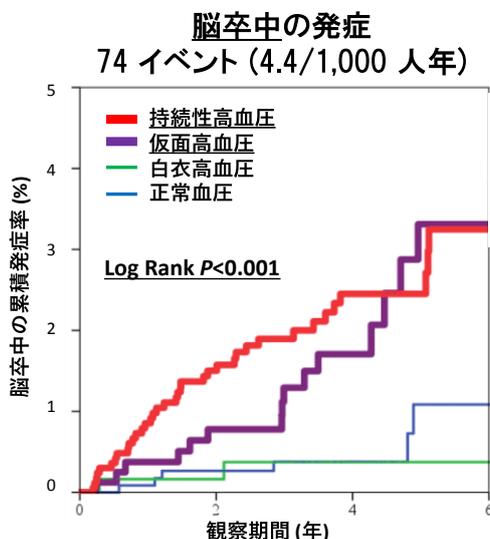
これは、米国で活躍されている自治医大卒業生(宮城25期)の矢野裕一朗先生の絶大なるご指導の賜である。頻りにe-mailで連絡を取り合い、またskypeで直接相談できるので、タイムラグなく解析や論文作成を進めることができた。上記論文の内容は、米国心臓協会(AHA)総会2017で、口頭発表させていただくという大変貴重な機会をいただくことができた。地域医療に従事しながらも世界的権威にある学会で発表する機会に恵まれたことは、私にとって大きなモチベーション向上につながり、臨床研究の面白さを再認識した。これらはすべて、丁寧にご指導くださる良きmentorである矢野先生や、星出先生や荻尾先生といった自治医大循環器内科の絶大なるサポートのお陰である。改めてこの場で感謝申し上げたい。

最後に

「地域医療はエビデンスの宝庫である」とよく耳にする。私自身もそう思う。しかし、大切なことは、その地域に埋もれている重要な情報を publish することで、他の地域や海外の人と共有し、discussion した上で、磨き上げたエビデンスをその地域に還元することであると思う。専門家個人の意見は、何のエビデンスにもならない。これからは少子高齢化がますます加速するが、その先端を行っているのが、地域医療の現場である。また、地域医療では患者さんとの距離が近く、生活背景を密接に見ることができるからこそ得ることができる新たな発想や知見も多い。それらの情報は共有すべき、まさに宝物である。地域医療の現場から日本中へ、さらには世界へ向けて情報発信できるメッセージはまだ多くある。私自身地域で得ることができた経験を元に、これからも世界へ向けた情報発信を行っていききたい。そして、志を同じくする卒業生が一人でも多く活躍されていくことを切に願っている。

- 1) *J Clin Hypertens (Greenwich)*. 2017;19:1319-1326.
- 2) *Am J Hypertens*. 2018;31:995-1001.
- 3) *J Clin Hypertens (Greenwich)*. 2017;19:731-739.
- 4) *J Clin Hypertens (Greenwich)*. 2018;20:637-644.
- 5) *J Clin Hypertens (Greenwich)*. 2018;20:159-167.
- 6) *JAMA Cardiology*. 2018;3:583-590.

脳卒中に対する Kaplan-Meier 曲線 観察期間中央値: 3.9 年 (16,875 人年)



追跡対象者数				
持続性高血圧	1,661	1,373	720	313
仮面高血圧	810	681	394	187
白衣高血圧	613	516	255	99
正常血圧	1,177	1,005	515	231

地域医療オープン・ラボ News Letter 原稿募集

地域医療オープン・ラボでは、自治医大の教員や卒業生の研究活動を学内外へ発信するために、「自治医科大学地域医療オープン・ラボ News Letter」を定期的に発行しています。<http://www.jichi.ac.jp/openlab/newsletter/newsletter.html>

- ☆ 自治医大の教員や卒業生の研究活動をご紹介ください
- ☆ 自薦・他薦を問いません
- ☆ 連絡先：地域医療オープン・ラボ openlabo@jichi.ac.jp

[発行]自治医科大学大学院医学研究科
地域医療オープンラボ運営委員会
事務局 大学事務部学事課 〒329-0498 栃木県下野市薬師寺 3311-1
TEL 0285-58-7477 / FAX 0285-44-3625 / e-mail openlabo@jichi.ac.jp
<https://grad.jichi.ac.jp/>