

NewsLetter



自治医科大学地域医療オープン・ラボ

Vol.80, Apr, 2014

初期臨床研修医の極意：良き mentor のもとで YES マンであり続けること

福島県立医大会津医療センター 小腸大腸肛門科 根本 大樹(福島 32 期)

私は、2009年に自治医大を卒業後、福島県立会津総合病院で初期臨床研修の2年間を過ごし、2011年福島県立南会津病院外科、2012年福島県立宮下病院内科・外科での勤務を経て、2013年から後期研修期間を頂き現職に至ります。

大学時代は、バイトに明け暮れ、音楽と自動二輪にすべてを注いでいました。学業は疎かになりがちでしたが、卒業を前に結婚・出産を迎えたことが転機となり、なんとか医師になることができました。卒後5年目の今、まさか自分が医師としてこれほどまでにやりがいを感じ、明確な目標をもって仕事をしているとは、当時は夢にも思いません



でした。卒後の5年間、私が心がけてきたことは、①YESマンであること②困難な道を選ぶことの2つだけです。その結果、臨床研究に参加し、論文を書く機会に恵まれ、先日、英文誌(Digestive Endoscopy, IF 1.6)に筆頭著者として発表することができました。では、私がなぜ臨床研究へ関心を持ち、今に至ったか。この5年間を振り返ってみます。

卒後まもなく、私は一人目のmentor(指導医)、宗像先生(福島13期)と出会います。宗像先生は、「多くの初期研修医は同じスタートラインに立っている。実際の臨床では、学生時代の学力差は問題とはならない。早く走り始め、走り続けたらナンバーワンになれる。」と私を叱咤激励してくれました。右も左もわからない私としては、とにかく宗像先生を信じてがんばろうと思いました。初期研修の2年間、死に物狂いで働きました。知識が不十分なところは多々あり、PubMedやUPTODATEなどで知識を補う作業を続けた結果、こんな私でもなんとか医師をやれるのだという自信を持つことができました。そして、日常診療はもちろんのこと、学会や研究会での発表の機会があれば、すべてを引き受けました。とにかく返事は「YES」でした。今となっては、これが非常によかったと思っています。症例発表を通じて、一つ一つの症例を深く掘り下げて勉強することの大切さを実感し、そして、臨床で必要とされるデータや論文への関心から、「自分もいつか研究をしてみたい」と思うようになりました。初期臨床研修が終わる頃には、消化器内科への興味が強くなります。そこで出会ったのが、二人目のmentor、富樫先生(福島9期)です。私は、初期臨床研修最後の2ヶ月間を富樫先生の下で過ごし、大腸内視鏡検査を教えてもらいました。その後、僻地の病院へ転勤となりましたが、福島県では、僻地勤務中に週1回の研修日が認められています。それを利用して週1回、富樫先生の下で大腸内視鏡検査を学び続け、大腸の“いろは”から、当時先進医療だった内視鏡的粘膜下層剥離術(Endoscopic Submucosal Dissection, ESD)の介助、ダブルバルーン小腸内視鏡検査の介助、小腸カプセル内視鏡検査の読影まで、できることはすべてやりました。富樫先生の指導は厳しく、学術的な課題もたくさん与えてくれました。週に1日という限られた時間でしたが、与えられた課題により自分が成長していくことを実感できたので、すべての課題をこなしていこうと努力しました。時間が足りない場合には、睡眠時間を削ったり、土日を使うこともありました。すると、まだ大腸内視鏡もまともにできない私に対して、富樫先生は「大腸内視鏡挿入困難例に対するダブルバルーン大腸内視鏡(Double Balloon Colonoscopy, DBC)をやってみないか? 山本博徳先生(自治医大7期)が開発したダブルバルーン内視鏡は、原理的に誰が施行医であっても簡単にできるはずだ。」というのです。半信半疑ではありましたが、答えはもちろん「YES」でした。DBCに関する論文はいくつかありましたが、熟練者を施行医とした検討しかありませんでしたので、私は初心者におけるDBCをpilot的に検討することにしました。卒後4年目ま

で続け、この結果は私の人生初の論文“Double-Balloon Colonoscopy Carried out by a Trainee after Incomplete Conventional Colonoscopy”として出版させていただきました。

2013年4月からは後期研修期間を富樫先生のもとで頂き、小腸・大腸疾患を中心に学んでいます。以前は介助がメインだったダブルバルーン小腸内視鏡や大腸ESDの術者も務めさせてもらえるようになり、他に研修医がいないこともあって、幸運にも短期間に多くの症例数を経験させてもらっています（小腸内視鏡17例、大腸ESD56例：病変径中央値28.5mm(最大84mm)、切開剥離時間中央値50分、一括切除率94.6%(3例は上級医へ交代し分割切除)、微小穿孔1例(10例目で生じたが、クリップ縫縮のみで軽快)。僻地で過ごした2年間、日常診療に従事する傍ら毎日考えていたことがベースとなり、11月には自ら発案・企画した研究を開始することもできています。これも、常に前向きに課題をクリアし続けていたからこそ実現可能であったと思います。今、他に作成中の英語論文が2本あります。これも、私に与えられた課題（今となってはご褒美）です。

自治医大卒後の環境は必ずしもベストとはいえないかもしれませんが、自分にとってのベストへ近づけることはできます。それには、良きmentorのもとでYESマンであり続けることが必要となり、私の場合、自治医大卒のmentorのもとで努力した成果が大きな喜びにかわりつつあります。さらには、地域中核病院の特色を活かして他の施設では経験できないことを学ぶ事もできました。環境を活かす工夫も重要でしょう。私の次なる課題は、YESマンを卒業し、「自分で判断できる」ようになることです。それには、さらに研鑽を積まなくてはなりませんし、そこには大きな責任も伴います。と同時に、自分に対してもっと負荷をかけていきたいと思っています。拙文ではありますが、義務年限中の先生方に少しでもお役に立ちたいと考え、筆を執らせていただきました。

最後に

本誌のBack Numberに同期の畑野先生が御寄稿されていました。彼が卒業文集に書いた「高みで会おう」という言葉は今でも忘れられません。卒後、勤務地は離れていても、同門の先生方と切磋琢磨していけるすばらしい環境に感謝致します。

！！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 学事課大学院係 〒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

<http://www.jichi.ac.jp/graduate/index.htm>