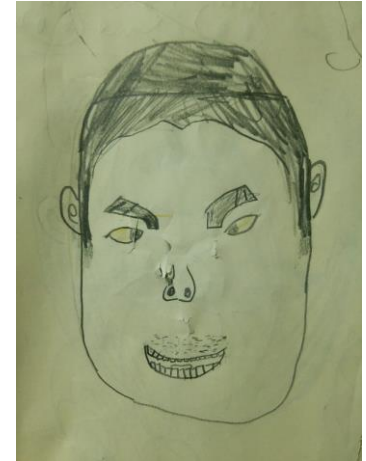




[氏名] 川村 晴水
[出身都道府県] 福井県
[卒業期] 29期（平成18年度卒）



自治卒初期研修の後輩たちへ

自分が経験して伝えておきたいことを羅列させていただきます。エビデンスがあるような話ではありませんし、処世術的な話で医療の本質ではない部分も多いですが少しでも何か参考になれば幸いです。

【勤務先が決まったら】

- 勤務先が決まったら一度、手土産を持って挨拶へ

次の派遣先が決まったら各部署への手土産を用意して、一度は挨拶に行きましょう。古くさい慣習と思われるかもしれませんが、円滑に仕事するためにも良好な職場環境を作るよう努力はしたいところです。



- 施設の設備を確認しておきましょう

勤務前の挨拶のもう一つメリットはゆっくり院内を見学できることです。このとき特に自分が気にするのは救急室です。救急対応はどこへ行ってもすることになるかと思います。勤務初日に対応が必要となることもゼロではありません。こういった設備や処置具、薬剤があつてどこまでのことができるかを想像して心の準備や必要な知識の再確認をしておくようにするとちょっと安心できます。

【病棟業務】

- 3年目は謙虚な姿勢で。

いきなり一人主治医になる先生も多いかと思います。3年目は「やってやるぞ」という気持ちや「なめられてはいけない」(?)といった気持ちから知らず知らずに態度が横暴になってしまうことも。学ぶことの方が多くを自覚し、周りのスタッフがみな先輩であることを忘れないように謙虚な姿勢で日々の業務にあたります。

- 1人主治医だけど1人で抱え込まない。

そして、必要な時はどんどん周りに助けを求めましょう。1人で解決できればかっこいいですが、最初は難しいことも多いでしょう。先輩医師は当然ですが、後輩医師が意外と頼りになったり、看護師さんの一言で診断につながるなんてこともあり



ます。放射線技師さんの方が読影力あったり、感染症は検査技師さんが詳しくあったり等々、わからないことや困ったことは周りのみんなに相談してみましょう。すべては患者さんのために！

【外来業務】

- まずは do 処方してみましょう。

前医の治療を信頼している患者に対して急に新しい医者が治療を変えることは抵抗があるものです。まずは do 処方しながら患者さんと良い関係を作りましょう。急いで治療変更が必要な場合も丁寧な説明を心がけて。

- わからなかったらいったん部屋の外にでてもらう

外来では、全然わからん！という症例にあたる時もある。そんな時は、一旦必要と思われる検査などに回ってもらい、その際に、マニュアルやパソコンで調べたり、となりの上級医に相談したりします。また、緊急性が無い場合には検査や初期治療した上で次回外来までに調べて方針を立てるといったやり方もあるかと思います。

【検査・処置】

- 優秀だなどと思う後輩は、常に緊急検査や処置の場面にいました。必然そんな後輩には先輩も「やってみるか？」とやらせてあげたくなるものです。先輩から「医局



のパソコンの前に座っているだけの医者にはなるな」とよく言われましたが、回遊魚の様に院内を泳いで回り、ぜひ緊急検査や手技をGETしてください。

【当直業務】

- 研修医のときの苦勞が必ず力となって助けてくれます！

自分は救急が苦手で、今でも当直があると前日ぐらいから緊張します。それでも研修医の時に学んだ知識・経験だけで10年以上たった今も、なんとか救急診療の場面を乗り越えています。きっと皆さんも研修医時代、救急で苦勞して、それが必ず力になっているはずです。必要以上に怖がらないでいいと思います。

- 準備できるものはしておこう

CPR や ACLS など対応の流れが決まっているものは救急室に張り出してあるところも多いかと思います。もし無いなら自分で用意するといいでしょう。経験したくはありませんが小児の心肺停止などに対しても小児蘇生用テープなど準備しておけるものはしておくともよいかもかもしれません。

- 慣れてくるまではバックアップをお願いしよう

慣れてくるまでは上級医にバックアップしてもらえよう「何か困ったら相談させてください」と一言お願いしておきましょう。だれでも救急で怖い思いをした経験があるから快諾してくれるはずです。



【最後に】

●先輩に頼ろう！

自分が3年目地域に出るとき、先輩に「1人でやっている不安なもの。何かあったらいつでも相談くれたらいい。『それでいいんじゃない』と一言、背中を押してもらえただけで有り難いもんだよ」と言葉をいただき、その後、実際に相談させてもらってとてもありがたかったのを覚えています。いま相談される側になってわかりますが、後輩の相談に対して「役に立てただろうか」と自問することはあっても、迷惑などと思うことはありません。ぜひ、困ったときは各県や母校、全国の先輩たちを頼ってください。