研修医・指導医リレーエッセー㉕

初期研修の１年目を振り返って、２年目の抱負

岡山協立病院　初期研修医２年目　松下　　尚

岡山県出身で岡山大学医学部卒業です。総合診療の道を志して入職した１年前は、知識面の不安は勿論、一社会人として恥ずかしくない立ち振る舞いができるか、緊張と不安でいっぱいの入職式だったことを今でも鮮明に思い出します。４月は殆どが新人オリエンテーションで職場環境に慣れる期間、５月～９月は導入内科・内科研修で病棟業務に慣れつつ、夜勤当直で指導医とマンツーマンで救急外来のいろはを学ぶ期間、10月からは救急科や麻酔科でスピード感のある診療に挑戦しながら、指導医の先生方に常にfollowしていただける期間、12月からは精神科・皮膚科・外科と各専門科研修で研修医個別の希望をくみ取った研修内容を組んでいただき、３月は救急科研修＋外来研修で２年目へ向けた準備期間となりました。１年間研修して最も認識が改まったことは、「当院が心理的安全性を担保した研修プログラムである」ということでした。角南和治院長、プログラム責任者の一瀬直日医師を始め、指導医の先生方は、研修医レベルで抑えるべき要点と注意事項について丁寧に指導をして下さいます。毎週２回の研修医カンファレンス、毎週１回の教育回診では、１年目研修医の稚拙なプレゼンテーションに対して嫌な顔ひとつせず、初歩的な質問に対しても不安要素が解消されるまで相談に乗って下さり、相談する度に常に実りあるご教示をいただきました。単純性尿路感染症の症例１つの中に、抗菌薬・補液はまず何を選択し、どうde-escalationするべきか、起こりうる合併症は何か、この常用薬を続ける意味はあるのか、病前ADLを踏まえて退院のゴールはどうするか、など一対一対応では完結しない、患者さんの社会生活背景が複雑に入り組んだプロブレムが無限に広がり、学びが多い症例ばかりでした。月４回以上ある研修医勉強会では、common diseaseの身体診察や手技（CV挿入、縫合等）をシミュレーションする機会が与えられ、それらが回を重ねる毎に復習課題として蓄積され、反復して復習することで少しずつ身になっていく実感がありました。今でも緊張することばかりですが、１年前の「何も分からない・行動できない」という絶望から、「ここまではできる、ここからは分からない」という線引きが生まれ、「今度はこれを診療で実践してみよう」という前向きな感情が育まれていったことは、当院の心理的安全性を担保しながらも着実に育成するための段階的な研修プログラム・教育体制があってこその恩恵であると感じています。

指導医の先生だけでなく、コメディカルの職員の方々の研修医に対する思いやりも飛び抜けていると感じます。当院内科研修中は、研修医が主治医、指導医が副主治医として一人の患者さんを担当するため、相談毎の第一報は常に研修医に届きます。内科研修１カ月目は、いただく相談内容の重み付けができないため、どんな些末な事象も指導医に確認してから指示させていただくことばかりでした。指導医に直接連絡した方が業務の効率が上がることを承知の上で、１年目研修医をれっきとした主治医として扱うという体制が徹底されており、研修医の成長を見守っていただけているという温かさに触れ、心理的安全性がより確実なものとなっていると感じます。

２年目から独り立ちの場面が増えることに不安は拭えませんが、１年間で実感した心理的安全性を今年度も存分に発揮し、相談することはしっかり相談し、「患者さんの全てを診る」という初心を忘れず、先生方や後輩に少しは成長した姿を示せられたらと思います。