

Good Doctor

Compassionate Doctor & Competent Doctor

Vol. 17

2017.8.10

contents

【特集】平成29年度 WELCOME 研修医の会

- 1 先輩からのメッセージ
- 2 救急医学へのいざない／医師の職業倫理指針
- 3 研修医の皆さんからのメッセージ

岡山県医師会

Okayama Prefectural
Medical Association

URL <http://www.okayama.med.or.jp/>
E-mail oma@po.okayama.med.or.jp

【特集】平成29年度 WELCOME 研修医の会

開催日時／平成29年4月6日（木）14:00～21:00 場所／岡山県医師会館（岡山市北区駅元町）

時間	内容	講師等
社会保険医療担当者集団指導		
14:00～16:00	中国四国厚生局、岡山県、岡山県医師会	
第一部		
16:30～16:45	開会 挨拶	(司会・進行)岡山県医師会 理事 神崎 寛子 岡山県医師会 会長 石川 紘 岡山県保健福祉部医療推進課 課長 則安 俊昭 岡山大学病院 院長 金澤 右 川崎医科大学附属病院 院長 圓尾 博司
16:45～17:45	特別講演 「救急医学へのいざない」	岡山大学大学院 医歯薬学総合研究科 救急医学 教授 中尾 篤典
17:45～18:15	ガイダンス 「医師の職業倫理指針」	(座長)岡山県医師会 理事 合地 明 岡山県医師会 副会長 清水 信義

時間	内容	講師等
第二部 レセプション		
18:45～	開会 NPO法人岡山医師研修支援 機構活動紹介 大じゃんけん大会1回戦 (iPad miniが当たる) 大じゃんけん大会2回戦 (iPad miniが当たる) 乾杯 挨拶 各病院研修医あいさつ	(司会)岡山県医師会 理事 神崎 寛子 NPO法人岡山医師研修支援機構 事務局長 伊野 英男 NPO法人岡山医師研修支援機構 理事長 糸島 達也 岡山医師協同組合 理事長 内田耕三郎
21:00	閉会のあいさつ	岡山県医師会 副会長 松山 正春

先輩からのメッセージ

川崎医科大学附属病院 産婦人科 羽間夕紀子 先生

川崎医科大学附属病院で産婦人科をしている羽間夕紀子と申します。早いもので医師になり7年目の春を迎えます。

現在は、当大学の大学院3年生でありながら、1歳半女児の母です。女医のキャリアアップは非常に繊細で難しい問題とよく言われますが、身にしみて感じる今日この頃です。私は幸いにも、職場の上司や同僚に恵まれ、そして何よりも主人の良き理解と協力があって、仕事に育児に家事に…なんとか両立し、忙しく充実した毎日を送らせていただいています。仕事面では、研究だけでなく学会発表・論文・少しの臨床や当直もさせていただいておりますし、育児面では保育園だけでなく習い事も一緒に参加する時間を作っています。でも、そんな格好いいことはほんの表面のでき事。一皮剥けば、不満や自分への不甲斐なさを感じ、情けなく心が折れそうになる自分がいます。幸いにも産婦人科という職業は出産という経験が活かせる科でした。出産しないとわからない気持ちや、親にならないとわからない気持ちもありました。独身時代の私は、体力と若さと貪欲さを武器に必死でやってきました。今はその知識に人間的な味が追加されていればいいな、そんな気持ちでいます。一つ一つを丁寧に精一杯、そして完璧を求めない、これが今の私で

す。Good Doctorに推薦していただき大変恐縮ではありますが、私は決してGood Doctorには程遠く、目指している最中です。人それぞれGood Doctorとして目指す像があると思いますが、私は女性を生かした私にしかねないGood Doctorに最終的にたどり着けたらいいなと思います。

私は職業柄、女性の一生について考える機会が多くあります。産婦人科としては、高齢出産の問題は出生率を下げたり、産科合併症を増加させたりあまりいいこととは言えませんが、女性の立場からすると自分の好きな時期に妊娠出産して何が悪い、結婚出産を選択しない人生もあるんだぞとも思うわけです。後輩の女医の先生に少しでもアドバイスができるとしたら、周囲に左右されず自分の思う道を進んだらいいよと言いたいです。女性だからとか、私には、とか思う必要性はありません。自分が医師として女性としてどういう人生を歩むかは自分で決めることであり、何事にも遅い早いはありません。自分の納得する道を歩んでいることが最善ではないでしょうか。人生の先輩をみていてそう思うことが多いです。

救急医学へのいざない

岡山大学大学院医歯薬学総合研究科救急医学
教授 中尾篤典先生

目の前で苦しむ患者さんを救う救急医療は、医学の原点です。その救急医療の現場での実践すべき様々な技術、診断に至る考え方などを実際の私の経験からお話いたします。

まず、皆さんにお願いしたいのが、地域を守る医者であることを意識してもらいたい、ということです。地域医療とはどんなイメージを持っているか、家に訪問して、血圧を測定して、お年寄りの話を聞くのが地域医療と思ってる人が多いと思いますが、それは地域医療ではないです。地域医療というのは、その地域の医療レベルをあげることです。

例えば、その地域に臓器移植をしたら助かる人がいたとします。患者は、臓器移植の知識もないので、手術を怖がり拒みます。そこで、我々が最先端の医療を勉強してちゃんと知ったうえで、患者に説明して、恐怖心を和らげてあげ、専門の医療機関を紹介してあげる。その地域の患者さんと接して、何が求められているか、そしてその地域で自分たちができることは何かを知る、そのためにも守備範囲をしっかり理解することが大切です。

そして、急性期、回復期、慢性期、こういう医療連携を意識してほしいです。救急医というのは、専門性に逃げず、社会的問題も多く知り、地域の病院についても知っているので、専門医に紹介でき、救急処置もし、引き際もちゃんとわかっています。我々は、救急室ばかりでなく、現場に行きその周囲の消防などと連携しながら地域医療をやっていかなければなりません。

皆さんは、まだ経験がないと思いますが、救急科というのはさきまで生きていた患者さんが急に亡くなる科なのです。これからは人の最後の時にすぐ遭遇すると思います。死亡診断書はその人の最後の書類です。とても丁寧に、慎重に書いてほしいです。そしていい言葉がある訳ではないですが、御遺族にやさしい言葉を一言かけてあげられるような、そんな研修をして、それができる医師になってもらいたいと思います。

それから、先人に学んでください。私は指導者の先生に「論文を書きなさい、書きなさい。」と言われていました。なぜそんなことを言うのか、と思いながらも「へえ。」と思ったことや驚いたことについて論文を書いていた。「へえ。」と思ったら、皆でシェアするように論文を書く習慣をみなさんも若いうちにつけてほしいんです。今は、そのことの重要性を理解できないかもしれませんが、私はそう言ってもらって良かったな、と思います。将来、「そういうことがあるのか。」と気がつくことがありますので、自分が信頼する上司に勧めてもらったことは、してみるのも良いと思います。

また、研修時代には辛いことがたくさんあります。上司にいろいろと怒られ、ショックを受け、どうしても落ち込んでしまうようなら、その日はとにかく一晩ゆっくり寝てください。一晩休むと、少し落ち着きます。それでも次の朝、まだ気持ちがおかしいなと思ったら、誰か上の先生に気持ちを話してください。人間関係がうまくいかないこともあります。偉い先生方も、みんな若い頃は辛い思いをしています。心配することは全然ないですから、とにかく相談してみてください。

最後に、救急マインドを身につけてほしいと思います。救急をしないといけないと言われる先生もいらっしゃいますが、私は救急をちゃんとやってほしいです。例えば、研修医の先生は、救急患者を診る際に、血液検査データやCT画像などから、病名を探しにいこうとします。患者の中には苦しんでいても、データにもCT画像にも異常がない場合があ



ります。そうなったら、何をすべきか思いつかなくなっています。しかし、こちらが助言をすると何をすべきか気が付くのです。救急というのは、患者の症候から、その症候がなぜ起こるのか、その人に今どうしなければならぬのかをちゃんと考えて、自分のこれまで持っている知識を整理して、診察や治療できる方へ思考回路をもっていくことが重要に思います。救急マインド、今必要なのは何かということ、病名を考えるのではなく、病態をちゃんとと言えればそれでいいのです。是非、研修中に身に付けてもらいたいです。

そして、どうか健康に気をつけて有意義な研修生活を送ってください。

医師の職業倫理指針

岡山県医師会副会長 清水信義先生



研修医の皆さん、日本の中でも特に医療のレベルが高い岡山の地域で初期研修を開始されるという事に対し、岡山県医師会は皆様を心から歓迎いたします。

皆さんはすでに医学については多くのことを学ばれたと思いますが、現場での医療にはサイエンスとアートが大切です。皆さんが今までに勉強されてきたことは、圧倒的に医学の中のサイエンスです。これから実際に患者さんに接する場合は、アートの部分、心の部分がないと医療は成り立ちません。医療では、常に医学の最新の知識を学ぶとともに、人としての、医師としての人格を養うことを同時に行っていかなければなりません。日本医師会では、平成12年に、「医の倫理綱領」を定めており、さらに平成28年には「医師の職業倫理指針」第3版を刊行しています。本日はこれに沿って話をさせていただきます。この中では、「医学および医療は病める人の治療はもとより、人びとの健康の維持、もしくは増進をはかるもので、医師は責任の重大性を認識して、人類愛を基にすべての人に奉仕するものである」と述べています。すなわち、我々は医師という職業の持つこのような基本的な職業倫理感を常に頭に置いて、日常の医療に携わらなければなりません。医療のサイエンスとアートにおけるごく基本的なことについて、これから医師として研鑽を始める皆さんに知っておいていただきたいと思います。

医師の基本的な責務として、まず、第一に、医学知識、医療の技術を将来にかけて持続して習得して行ってください。医師は医療を行う限り、生涯にわたり日進月歩の現代医学に基づく医学知識を学び、その技術を習得する義務があります。医学も他の科学と同様に今後は急速な進歩を続けるでしょう。常に新しい知識を身につけなければなりません。第二に、臨床だけではなく、常に診療の基礎となる研究の心を生涯持ち続けてください。今行っている医療の根拠はどこにあるか考えてください。三番目に、人間として患者や社会への信頼に答えるような医師にならねばなりません。医学の知識や技術だけではなく、誠実、清潔、謙虚、良いマナー等を常に心得て過ごさなければなりません。この3つのことは、医師の資質として最も基本的なことです。

次に患者さん本人に病名や診療の内容を伝えて、実際行う医療について説明しなければなりません。それから、患者の同意がなければ医療をしてはいけません。いろんな選択肢を十分説明して、患者さんに納得してもらい、インフォームドコンセントを得なければなりません。それから、カルテの記載は医師の義務です。カルテには起こったことを正確に記載しなければなりません。そして、守秘義務、患者さんの情報をみだりに、特に第三者に知らせてはなりません。応召義務については、患者さんから診療の要求があった場合、正当な理由がなければ、これを拒んではなりません。それから、緊急事態の時には、医師は自ら可能な範囲で診療にあたらなければなりません。次に、診察しないで治療したり、薬を

出してはいけません。また基本的には、医療機関として認められているところでしか、診療してはいけません。その他にも様々な責務がありますので、本日の冊子で医師の責務について一度は確認してみてください。

私は、医者になった時から「平静の心」という本を読んでいます。作者はウィリアム・オスラー（1849年－1919年）というカナダ生まれの内科医で、近代医学教育の基をつくった医師として有名です。私にとって印象に残っている言葉をいくつか紹介します。

まず、「平静の心」の本から、「医師としての資格で沈着な姿勢に勝るものはない。沈着で物事をしっかり考えて判断する能力、これは医師として必ず備えておかなければならない能力である。といっても、若い時からそれがすべて備わっているわけではない人もいるが、これを長い経験の中で、ちゃんと自分で身に付けていくことは、医師として大切である。興奮したり騒いだりということを仕事の中に持ち込むべきではない。最悪の事態に陥っても、こういった平静の心をもっていれば理想の対応ができるということです。

次に、有名な彼の講演の中の言葉です、「人生は習慣である。寝る前に30分の読書をしなさい」。皆さんもベッドサイドに本を置き、寝る前に目を通す習慣をつけられた方が良いと思います。また、「思い煩うことをあまりせず、今日のことは今日の中で解決して今までであった煩わしいことはやめて、明日のこともあまり考えてはいけない。未来は今、救いの時は今。忘れがたき過去は閉ざして、くよくよする生活をせず、今の中

でその日の仕事をまとめなさい」。1日を閉じるとき、そこで区切りましょう。こんなことも言っています。「ニコチン夫人と交際してはいけない。」医療の現場は禁煙です。医師を続けるのであればタバコを捨てましょう。

他には次のような言葉も残っています。「医療とはただの手仕事ではなく天職であり、頭と心で等しく行う職業である」、「医師は患者さんに接するとき、1/3くらいは医学以外の話をします。医学のことだけでは患者さんとのコミュニケーションは十分にとれません」。「25歳（現在では50歳？）くらいまでは一生懸命勉強しなさい。60歳、70歳くらいまでは研究を続けなさい」「3時間机の上で勉強するよりも、ベッドサイドで15分過ごしなさい」。現代でもパソコンの前に3時間いるよりも15分患者さんの傍にいた方が、医者として知識や医学が身に付くのではないかと思います。

他にも多くの名言を残しています。研修医の皆さんにも、オスラーの言葉を医師としての心構えとして参考にしていただきたいです。

最後に私からのメッセージです。仕事でもなんでも、相談できる上司、人生の模範となるような人、すなわち自分のメンターを探しましょう。時にはお酒を飲みながら注意をしてくれるような良き先輩に出会えば、医師としても大変幸せなことです。

環境に恵まれた岡山の地で、これから2年間の臨床研修を積み、明日の日本の医療を担う若い素晴らしい医師が育ってゆくことを期待しています。さあ一発進です、頑張ってください。

平成29年4月6日 Welcome 研修医の会。

研修医の皆さんからのメッセージ

iPad mini

公益財団法人大原記念倉敷中央医療機構倉敷中央病院 研修医1年目 **藤井涼馬先生**

倉敷中央病院 初期研修医 1年目の藤井涼馬と申します。まず始めにWELCOME 研修医の会を開催して下さった岡山県医師会やNPO法人岡山研修機構の方々に感謝申し上げます。WELCOME 研修医の会では岡山県に関する様々な医療情報を得るとともに他の医療施設の方々との交流が深まり、大変有意義な時間を過ごさせていただきました。その際のじゃんけん大会でiPad miniを獲得させていただきました。現在では医療現場で活用しています。今回はiPad miniがある研修生活について一筆したためてほしいとの御連絡をいただいたため恐縮ですが紹介させていただきます。

先日じゃんけん大会でいただいたiPad miniですがさまざまな活用法で利用させていただいています。具体的には治療ガイドラインやハリソン内科学などの教材を入れて勉強しています。また今回紹介させていただきたいのは「Medcalc」と「Diagnosaurus」というアプリです。

Medcalcはchadsスコアなどの、様々なスコアを入力していくことでリスク分類や5年生存率、また予後などを表示してくれる優れたものです。2つ目のDiagnosaurusは診断系のアプリです。これはdisease,organ system,symptomの3つのパートに分かれており、それぞれにキーワードを入力するだけで鑑別疾患が出てきます。これがあれば救急外来で困ったときには助け舟として役立ってくれます。

このように、いただいたiPad miniに支持されながら研修生活を送っています。もちろんiPad miniに頼らず知識を蓄えた状態で患者さんと接する時間を大切にすることが一番です。しかし知識が不十分なうちは便利ではないかと考えていますので興味があれば使ってみてはいかがでしょうか。これをご覧の皆様、最後になりましたが研修医として日々精進していこうと思っていますので今後とも御指導、御鞭撻のほどをよろしくお願いいたします。

iPadのある研修生活

川崎医科大学総合医療センター 初期研修医 **門田耕三先生**

川崎医科大学総合医療センター初期研修医1年目の門田耕三です。この度はWELCOME 研修医の会を開催していただき誠にありがとうございます。岡山県内の研修医の方々と一堂に会することができてとてもいい刺激となりました。また、じゃんけん大会では大勢のなかでiPad miniを獲得することができてとても誇らしい気持ちでいっぱいです。

さて、iPadのある研修生活ですが、一言で言うと非常に便利です。まず、今の時代とてもアプリが進化しているからです。例えば、同期との申し送りや薬を調べたりするのがもの数秒ででき、分からない事もネットや大量の書籍などからすぐに調べることができます。また、音楽を聴いたり、映画を見るなどの娯楽の面でもとても重宝しています。

最後に研修生活についても紹介させていただきます。医療センターは非常に恵まれた環境です。スタッフの皆様はとても優しく、上級医の

先生方はとても丁寧に何も分からない我々を指導して下さります。早いもので4ヶ月が経過しようやく病院での生活も慣れてきたところです。研修医の同期は12人で、みんな個性の強いメンバーですが一丸となって楽しい研修生活を送っています。

まだまだ研修も始まったばかりでご迷惑をかけたかな若造ですが、何卒ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



▲毎年恒例の大じゃんけん大会

iPad mini

岡山労災病院 中村小百合 先生

岡山労災病院研修医一年目の中村小百合と申します。この度はWELCOME研修医の会を開催して頂き、大変有意義な時間を過ごすことができ、本当に感謝しています。また、iPad miniまで頂きましたことも重ねて御礼申し上げます。早速翌日から研修医室で上級医の先生方とも驚きを共有し、嬉しさを改めて感じておりました。現在はiPad miniに医学書を入れたり、医療アプリをダウンロードして有効に活用させていただいています。研修が始まってまだ間も無く、分からないことの方が多い未熟者ではありますが、岡山労災病院の先生方からの親切丁寧な温かい御指導のもと、日々研鑽に励んでおります。そうした先生方の御期待に応えられるよう、このiPad miniを活用してより一層学びを深めていきたいと思っております。至らない点も多々あるかと思いますが今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお祈りいたします。

最後になりましたが、岡山県医師会およびNPO法人岡山医師研修支援機構の方々、この度は本当にありがとうございました。



▲NPO法人岡山医師研修支援機構 糸島達也理事長（左から2番目）、岡山医師協同組合 内田耕三理事長（右から2番目）、大ジャンケン大会の勝者：藤井先生（左端）、中村先生（中央）、門田先生（右端）

第28回 Doctor's Career Café in OKAYAMA

メディカルカフェ in かわさき **「女性医師を応援します！」パート1**

- 日時：平成29年9月28日(木) 18:20～19:30(最長20時まで)
- 場所：川崎医科大学校舎棟8階ラウンジ
- プログラム：1 話題提供 (30分)
「女性でもー男性でもー着実にキャリアを積んでプロフェッショナルになろう!先輩から後輩に伝授したいコツとツボ」
川崎医科大学 皮膚科学 教授 青山裕美先生
- 2 自由懇談 (50分…4～5人掛けのテーブルごとに)

【お問い合わせ先】

川崎医科大学ワークライフバランス・ワーキンググループ
川崎医科大学同窓会会長 森谷（もりや）卓也
TEL 086-462-1111（代表）

Doctor's Career Café in OKAYAMA 第27回 D + Muscat

平成29年4月8日(日)
無事終了いたしました。

託児支援のご案内

岡山県内の医療機関に勤務する医師及び岡山県内に居住しておりかつ医療活動に対し意欲のある医師が、学会・研修会・大学院授業に出席するため託児が必要な場合は、県医師会がサポートいたします！（事前登録が必要です。お気軽にご連絡ください。）

場所

ポストメイト保育園
（イオンモール岡山又は
ホテルグランヴィア岡山）

補助金額

1時間につき500円

お問い合わせ先

岡山県医師会
TEL 086-250-5111
E-mail omajoi@icloud.com

託児室のご利用について



岡山県医師会館4Fに託児室があります。

医師会員はお部屋を無料でご利用いただけますが、託児室の利用は先着順となります。シッターサービスは付きませんので、ご自身でベビーシッターをご依頼ください。ただし、保育支援会員制度利用の際には、県医師会でシッターを手配します。

※県医師会主催講演会には、シッターサービスが付いております。（10日前までに要予約）

※会員外の方のご利用の場合は、岡山県医師会へご相談ください。

お問い合わせ先 岡山県医師会 TEL 086-250-2100

/ 編 / 集 / 後 / 記 /

Good Doctor Vol.17号をお届けいたします。

今号もWELCOME研修医の会の特集号です。WELCOME研修医の会で歓迎する研修医の皆さんの数は毎年増え、多くの研修病院でフルマッチに近い状況と聞きます。

今年度は岡山大学大学院医歯薬学総合研究科救急医学の中尾篤典教授の「救急医学への誘い」の特別講演があり、清水副会長により「医師の職業倫理指針」の解説が行われました。恒例のじゃんけん大会でiPad miniを勝ち取った研修医の皆さんに研修の様子を寄稿してもらっています。

岡山県医師会では子育て中でも研修に参加したい先生方（もち

ろん男女を問わず）のために、県医師会館に託児室を作りました。また、JR岡山駅近くの保育施設と契約しています。保育支援会員に登録されれば、割引料金で利用できます。是非、医師としてのキャリアアップのために利用してください。

子育て支援以外にも医師会では日本医師会医師賠償責任保険、日本医師会医師年金、岡山県医師国民健康保険など皆様の生涯に関わるサポート事業を展開しています。特に日本医師会医師賠償責任保険は研修医や30歳以下の勤務医の先生方の保険料がぐっと引き下げられます。（平成30年度から）医療事故は関係ないとは思わず「転ばぬ先の杖」ですので、医師会への入会（研修医の会費は無料です）とともに検討してください。（神崎）



発行

岡山県医師会

Okayama Prefectural Medical Association

700-0024 岡山市北区駅元町 19-2

[Tel] 086-250-5111 [Fax] 086-251-6622

[E-mail] oma@po.okayama.med.or.jp

[URL] http://www.okayama.med.or.jp/