

研修報告書No. 1 2

研修先：本山町立国民健康保険嶺北中央病院

今回、一ヶ月間の地域医療研修を高知県本山町立国保嶺北中央病院で受けさせていただきました。地域研修を学ぶせっかくの機会であれば、東京近郊の地域研修ではなく、自然豊かかつ都心部から離れた生活をされている患者さんと関わりたいと考え、高知県を選択しました。

研修病院である嶺北中央病院は高知駅から自動車ですら1時間程走った山間部に位置する病院です。また、そこから更に30～40分くらい車で山道を進んだ先にある大川村小松診療所・汗見川診療所・黒丸診療所や、その他、土佐山診療所などでへき地医療の診療所勤務を行い、地域住民の往診も同行し、学ばせていただきました。

嶺北中央病院はこの地区の基幹病院であり、CT、MRI、内視鏡などもあり、大学病院のような専門に特化した医療ではないが医療として不足だという印象はまったく受けませんでした。むしろ、大学病院ではどうしても専門分野のスペシャリストに目が行きがちではありますが、先生方がとても多くの分野にわたる幅広い経験と知識をお持ちであるジェネラリストであると感じ、とても魅力を感じました。入院患者さんの多くは後期高齢者です。病院内の医療は急性期・回復期の治療だけではなく、退院に向けてのリハビリ・栄養指導・退院後の環境調整を行っており、退院後のことも見据えてその方の生活に合った医療形態を探していくという大切さを学ばせていただきました。また、印象的であったのは、医師、看護師、ソーシャルワーカー、理学療法士、作業療法士、言語療法士、栄養士、それぞれの分野が集まったの合同カンファレンスがあることでした。一人の患者をみるにあたって、日々の情報共有などがとても密であり、患者さんの状態の理解が深まりとても理想的な医療を行えていると感じました。

診療所勤務では、山の上に住んでいたり診療所まで交通の便のない患者さんを自宅まで送迎する機会があり、見たり話を聞いたりする中で、どのような生活をしているのか、その人にとっての生活とは何に基づいているのか、どんな価値観の中にあるのかを知れたことが価値のあるものでした。予防医学・無理のない継続できる医療の提供も地域医療で大切であると感じました。病院が生活圏内でないことで、受診の機会が極端に限られる。その人が1ヵ月後の受診までどのように生活をし、治療の継続をしていけるのか、病状はどのようなのか、1ヵ月後にはどのような変化が起こっている可能性があるのか、など、見据えた上での無理のない医療と指導が必要とされる。コンプライアンスに関わる信頼関係を作るのに必要なコミュニケーションも大切です。

また、地域柄から、救急要請から搬送できるまでの時間や手段が問題となることも多いようです。月に一回、インターネットを介して高知県内の病院、診療所、消防救急の症例

検討会も行っていました。同時多発事故など、限られた手段と人員の中でより多くの救命を出来るか。ドクターヘリやドクターカーを使用しながら、効率よい救命はどのようにすれば出来たのかなどを検討し、次に生かしていました。

高齢者の比率も高く、地域医療ではやはり高齢者を理解することが重要であると感じました。患者さんの年齢層、主訴、疾患、家族構成・生活環境などの背景、病院へ足を運べる頻度（交通の便、年金に対する交通費の割合の双方の問題）、何をもって生活の充実としているのかという価値観・・・などが、私が普段勤務している都会の大学病院とは大きく違い最初はとまどいました。しかし、高齢者の「変わりありません」の一言が、どのような苦痛や不安や制限を感じながらの「変わらない」なのかを意識すること。そしてその意識をしながらこちらから質問を投げかけていくことで、必要な情報を引き出すことが重要であると気づきました。これはどこに行っても患者にあった医療を提供し医療の質を上げることにつながると思います。高齢化社会の今、高齢者の独居が多いというのは、今後の日本の全体で起こりうる変化であると思います。介護、福祉、医療、地域住民との連携の上でこの地区のような地域医療が成り立っているのだと感じ、また、このような考えを元に医療提供を考えていくことが大切であると思いました。高知での地域医療は、とても印象的で、医師としても重要な内容を改めて感じさせられる有意義な一ヶ月間でした。

高知県は自然豊かで、食べ物もおいしく、明るく暖かな県民性のある方々がいっぱいいらっしゃいました。（冬は寒かったです）高知県を選択してとても良かったと思っています。最後になりましたが、暖かく迎え入れてくださった病院の先生方、スタッフの方々、地域住民の方々、そして高知医療再生機構の方々に、この場をお借りして心より御礼申し上げます。