

## 研修報告書 No.20

研修先： 土佐市民病院

この度、土佐市民病院にて一か月間地域医療研修をさせて頂きましたので、ご報告させて頂きます。

まず、高知県医療の状況についてですが、患者さんの年齢層は圧倒的にご高齢の方が多い印象を受けました。年齢層に従って、糖尿病や高血圧症をはじめ生活習慣病に関わる機会が多かったように思います。そして医師は自分の専門分野だけでなく、内科であれば循環器から消化器、糖尿病、呼吸器とジェネラルな知識を持ち合わせ、治療しておられる先生方が多いように感じました。

土佐市民病院は高知市から車で30分程度西に行った所がありました。寮は病院の目の前、広くて綺麗で、とても過ごしやすい環境でした。病院内は先生方や医療スタッフの方、事務の方皆様優しく迎え入れてくださり、寂しい思いをせず1か月過ごせました。

病院での研修内容についてですが、主に地域医療研修では外来研修と病棟研修をさせて頂きました。内科外来では、外来医として一つのブースを割り当てて頂きました。東京の大学病院ではなかなか診る機会がないような、一般の風邪、胃腸炎から健診の説明など、多くの貴重な経験をすることができました。肺炎を自分の外来にてフォローし、治療を完結できたのも良い体験でした。バイタルは落ち着いていて、年齢や身体所見からも入院は必要なさそうだけど本当に帰してよいのか、帰宅後悪化してしまわないかなど不安がありました。自分の外来枠でフォローできることによって、改善していく経過を実際に診ることができ、自分の治療を客観的に評価することができました。また、外来で見た鼠径ヘルニアの診断の患者さんの手術にも入らせて頂きました。アットホームな雰囲気、かつ科の垣根が低いからこそ、柔軟な研修日程にさせて頂き、診断から手術・退院までと最後まで診ることができ、とても勉強になりました。

大学病院の研修では、今まで一人で外来をもったことがなかったため、鑑別疾患を挙げ治療方針を決めるなどにあまり自信がありませんでしたが、優しく的確な指導をして下さる指導医に気軽に相談できる体制の下、安心して外来診療をすることができました。一人で医療面接をし、方針を考え指導医にフィードバックを頂けるというのはとても恵まれた環境でした。より責任感を持ち、考える力が少しではありますが身についたかなと思います。と同時に、検査やフォローの間隔、薬など次の手が分からないということも多く、自分の力のなさこれから更に勉強と経験が必要であることも身にしみて感じました。

コロナが流行している中でしたが、このような貴重な体験と一生に残る思い出ができ、受け入れて頂き感謝の気持ちでいっぱいです。この経験を糧によりよい医師になれるよう精進したいと思っております。お世話になった高知医療再生機構や土佐市民病院の方々、地元

の皆様、本当にありがとうございました。鰹料理や日本酒、みかんは大変美味しかったですし、仁淀川や桂浜など自然豊かな高知県を知るよい機会にもなりました。コロナが落ち着いた頃に必ず高知県を再訪したいと思います。1か月間と短い間でしたが、大変お世話になりました。