

留学記念エッセイ「私と N program」

2017 年派遣 Mount Sinai Beth Israel 内科レジデント

小畑 礼一郎

はじめに

この度、西元慶治先生をはじめとした N program 関係者の方々のご支援により、Mount Sinai Beth Israel 病院での内科レジデンシーにマッチすることが出来ました。本当にありがとうございました。

私はこれまで救急のプログラムへの留学を考え準備をし、2014 年にマッチングに参加するもアンマッチという経験をしていました。2015 年を自分の目標を見つめ直す時間とし、レジデンシーの先の集中治療フェローシップを目標として今回 N program に応募しました。結果、歴史ある N program で機会を頂くことができ、自身の目標に近づくことが出来たことを大変うれしく思っています。

今回留学に際して記念エッセイ執筆の機会を頂きました。実はこれまで N program の先生方には、ブログや直接のやり取りを介してお世話になってきました。すべての先生を挙げることは難しいですが、特に影響を受けた先生方を挙げさせていただき、この様な先生方への感謝の意味も込めて、また N program がいかにして一人の医学生に影響を与え、実際の米国留学に繋げたのかという視点でこのエッセイを書きたいと思います。

私の経歴

福岡県福岡市出身

2011 年 慶應義塾大学医学部卒業

2011-2013 年 都立多摩総合医療センター 初期研修医

2013-2014 年 在沖縄米国海軍病院 日本人インターン

2014 年- 東京医科大学救命救急センター

初期研修では一般的な疾患を経験したいと考え、大きな医療圏を抱え walk-in の救急患者も診療するスタイルで救急を実践する病院で探すことにしました。結果、東京 ER を擁する多摩総合医療センターで研修の機会を得ます。通年での

救急外来研修、また 2 年目での自立診療という明確な目標、また刺激的な同期に恵まれ充実した初期研修を過ごすことが出来ました。この時の同期は戦友でもあり、今回も頼もしくサポートしてくれました。

その後は、Step1 の点数が振るわなかったこと、志望科が米国で競争率の高い救急であったこともあり、3 年目の進路では米国の救急プログラムへのマッチの実績のある在沖縄米国海軍病院の日本人インターン研修へと進みます。



沖縄では地元の日本の病院と米国海軍病院との合同防災訓練への参加、実際のヘリコプターの墜落事故、救急外来での通年での研修とここでの 1 年間は貴重な経験の連続でした。何より、医師 8 年目、9 年目といった経験を積んだ医師が同僚としており、むしろ経験を積んでもなおアメリカを目指す姿に自分自身の留学を強く肯定することが出来ました。

その後は上級医の留学への理解と、初期研修の同期・先輩という理解者に

恵まれた環境ということもあり東京医科大学救命救急センターに勤務し、救急のプ

沖縄での指導医と私。

ログラムへのマッチを目指しましたがアンマッチを経験しました。進路に迷うこともありましたが、沖縄での同僚の先生方との出会い、留学経験者の先生方とのやり取りを通し、また救命救急センターで経験した集中治療が ICU という枠を超えて介入の場所を選ばず、その分需要に応じる形で適応が拡大している現状に非常に魅力を感じ、今回は集中治療フェローシップを目標として再度マッチングに挑戦しました。

大学生はインドとアメリカへ行く！

ここから私と N program との関係を交えながら、留学の実現に突き進むことが出来た私の経緯を説明したいと思います。

“City of Joy”という映画をご存知でしょうか。あるアメリカ人医師が1人の



少女の命を救えなかった事で絶望し、心を癒すためインドのカルカッタにやって来ます。そこで彼はひよんな事から診療所「シティ・オブ・ジョイ＝歓喜の街」に転がり込み、その仕事を手伝ううちに様々な人間模様を目の当たりにして、次第に医師としての誇りを取り戻していく話です。作中では登場人物同士の素朴なやり取りが生き活きと描かれ、またその描写がエネルギーをもって感じられ、「将来こんなところに自分も行きたい」、と高校生のころに感動した経験がありました。またこの映画を紹介してくれた伯母がアメリカ大陸をバスで横断し

たという経験のある人で、彼女の話を通してさらにアメリカという大きな国に強く引き付けられるようになります。このような経験とやり取りを通し、何とも根拠のない「大学生になったらアメリカとインドに行こう」という考えが私の中に生まれ、その後もこの思想は私の冒険心の中で影響力の強い存在になります。

谷口先生のブログ

大学2年生の時、当時 N program を通して NY に留学していた谷口先生のブログ「米国臨床留学への道」と出会います。USMLE の対策はもちろんですが、アメリカの学生の **must have books** や日本人がアメリカのレジデンシーに順応するために工夫していることなど、より実践的な留学の様子について言及している内容でした。この中で医学部の下級生が留学に向けて出来ることという記載を見つけ、その中で英語の学習とボランティア活動は当時の私が実践に移せる内容と考えました。この情報をもとに、大学の夏季短期留学や海外でのボラテ

エアについて調べ、結果的に医学の内容にも通じると考えて HIV/AIDS ボランティアに参加することにしました。行先はもちろんインドにしました。ついに「大学生はインドへ行く！」を実現することになります。

映画に出てきたようなスラム街、やむを得ない事情で売春を続ける女性たちとそれを理解し健康面をサポートする方々、薬物の離脱施設で暮らす人の話、ホスピスや孤児院を訪問するなど、見知っていただけの世界と現実の世界とのギャップも目の当たりにしました。その方たちが皆さん言っていたのが、「話を聞いてくれるだけでいいんだ、俺たちの存在を知ってくれるだけでいい」ということでした。医師は医術という技術を施すことで感謝されているのだと思

っていましたが、この経験で対話が病歴を聞くのみではなく、治療において癒しの効果も発揮していることを教えてもらいました。また、イギリス、オランダ、ベルギー、イタリア、カナダ、韓国と多国籍のボランティアチームで、意見のぶつかり合いもありましたが、望んだプログラムへの参加だったこともあり不思議な居心地の良さがありました。



香坂俊先生との出会い

大学 4 年時、アメリカ留学を模索していた私に、様子を知った友人が誘ってくれたのがハワイ大学の PBL ワークショップでした。ついに「大学生はアメリカに行く！」を実現します。

このワークショップでさらに興味は強くなり、医学部在学中の短期留学を希望して学内の留学希望者向け勉強会に参加することにしました。この勉強会で帰国して間もない香坂俊先生の指導を受ける機会に恵まれました。数学の解答の様に理路整然とした指導内容、発言の根拠・理由を常に尋ねられる緊張した空気、見学ではなく自ら実践することとその実践から働き方を学ぶという指導スタイルでした。一貫したそのスタイルは、医師という職業の重み、医師というだけで信頼される立場である責任を改めて教えられた思いでした。

香坂先生は寿司職人に例えて米国と日本の医師研修を説明され、「お茶入れ」から始める人も「握り方」から始めると半年くらいで職人としては一人前になれるそうで、8年目くらいで寿司を握り始める従来の方法と比べると職人として活躍できる期間に大きな差があります。経験に左右されるのではなく、経験を踏まえて患者さんごとに最善の医療を施すにはいかにすべきか、学ぶ者と指導者が議論を通して方針を決定することの大切さを勉強会、循環器のポリクリを通じて教えていただきました。

最終的には、これらの経験を発揮する場所として卒業間近の大学6年生3月にハワイ大学の内科プログラムで研修を実施することが出来ました。「発言がないのは興味がないと思われる。常に”why”と問ひかけなさい」と勉強会で言われていた通り、カンファレンスは活発な議論がなされ、また常に上級医から必ず理由を問われる状況で、まさに相互に勉強しあう環境でした。ますますアメリカで学びたい気持ちが強くなります。

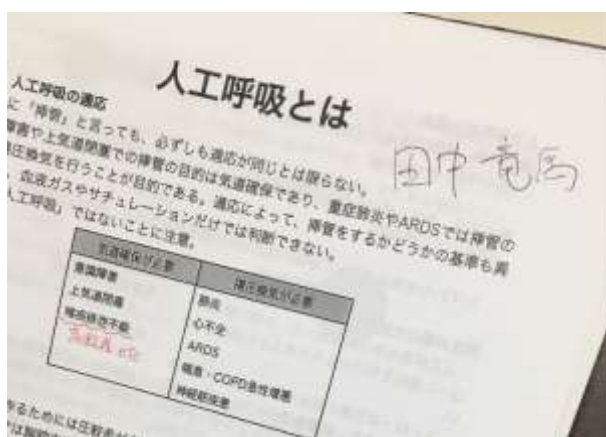


香坂先生との再会@沖縄。

集中治療に片足を入れる

田中竜馬先生のワークショップ

研修医時代、呼吸器内科のローテーションで苦労しました。中でも人工呼吸器は勉強しようにも本に書いてある用語と普段使用する機械で使っている用語が違う、指導医も各々で見解が異なるなど、なかなか理解の糸口がつかめずにいました。そんな時にメーリングリストで田中竜馬先生の「若手医師のための人工呼吸器ワークショップ」の案内があり、集中治療の専門家から学べる2日間のシミュレーション研修を含んだ内容で早速申し込みました。ですが、大



ワークショップにて。無理を言っていた田中先生のサイン。

集中治療の専門家から学べる2日間のシミュレーション研修を含んだ内容で早速申し込みました。ですが、大

変な人気で受講の機会を得たのは数回の応募の後でした。

実際のワークショップでは、人工呼吸器の用語、歴史、現在の用途について非常にわかりやすく解説する講義で、内容が簡潔に述べられ、ようやく絡まっていた糸がほどける様にスーッと知識が整理される印象でした。また学んだ内容で実際にシミュレーションもでき、実際に人生で初めて人工呼吸器を装着できたのもこのワークショップでの **NPPV** でした。

この田中先生のワークショップでの経験、その後の著書で特に勉強になったことが、場合分けをして対処する考え方の重要性です。現在の仕事でも活かしていますが、救急・集中治療では状態の安定化を行う対応と診断をつけるプロセスとを同時並行で行う必要があります。そのため完全に除外できない鑑別に対しても場合分けをして可能性とその場合の対処を考え、安易に除外をすることなく、対応が遅れることのないようにします。田中先生は場合分けをうまく利用して、難しくなりがちな病態ごとの対処、問題に直面した時の対応を説明されており、重症の患者さんに対応するときほどこの考え方を参考に問題をシンプルな内容に落とし込むようにしています。

アンマッチと進路の再確認

小野寺先生からのアドバイス

アンマッチとなった **2014-2015** のマッチング後、しばらくは呆然と過ごす日々でした。ですが **10** 年後の自分自身を想像して自問自答し、これまで積み重ねてきたものを見直し、米国に限らず集中治療が学べる環境を求め、視野を広げて探すことにしました。そんな時、勤務先の病院の循環器内科の医師でオーストラリアへ臨床留学をしていた先生と出会います。個人的には米国と違って留学までのルートが分かりにくいと感じていたオーストラリアでしたのでまずは経験者に話を聞くお願いをしました。この時、この先生から紹介していただいたのが小野寺先生でした。小野寺先生は米国で救急医の資格を取得した後、現在はオーストラリアで働いているということでした。実際に小野寺先生とやり取りさせていただき、救急医療の限界、**IMG** が他科のレジデンシー後に救急レジデンシーにアプライするといった現地事情などについて何うことが出来ました。この時に、最終的な目標が集中治療であるならば、また後に救急をやりたいと思ったとしても、まずアメリカに身を置くことの重要性を説かれました。

このアドバイスから、内科ならば **N program** も選択肢に出来ると考え今回の応募に至りました。

マッチングの結果報告後、「出会う患者さん、出会う友人や先輩、すべてが財産になります。住むほどに馴染む街、**NYC**、その後の人生でどこに越しても思い出す故郷となります」という言葉を頂きました。これから待ち受ける日々は困難も多いでしょうが、この頂いた言葉を忘れず楽しみたいと思います。

最後に

今回 **Mount Sinai Beth Israel** の内科にマッチし、研修を始めようとしています。科を救急から内科へと変えることに抵抗がないのかと問われると、正直まったくないとは言いきれないと思います。アメリカへの臨床留学では、正攻法こそが成功への近道です。私はその道から外れ、なんとか周囲のサポートで別の方法で目標に近づいた形です。私の経験を振り返って、やはり経験者に相談することをお勧めします。もちろん、独学で素晴らしい成果を達成する方もおられますが、少しでも不安であれば相談することを惜しまないでください、**アメリカは甘くないです**。しかし道は一つではありません、私の場合、遠回りをしたこと、難しい選択をしたことで多くの方々に助言をいただき、様々にサポートしていただきました。今の私にはそれが財産になっており、そのことが自信となって **Mount Sinai Beth Israel** に私を送り出してくれます。

改めて、西元先生をはじめ数多くの関係者の方々に本当にお世話になりました。心より感謝を申し上げます、ありがとうございました。この歴史ある素晴らしいプログラムの一員となれることを誇りに思います。このプログラムがより一層発展するよう、**2017** 年派遣者の一人として微力ながら貢献出来るよう全力で努めたいと思います。NY, “concrete jungle where dreams are made of...”、大いに学び、そしてこの経験を十分に楽しんでいます！