

# 地域医療を面白くするには

十和田市立十和田湖診療所 所長 米田 博輝 (青森県)

平成二十一年五月で自治医科大学の義務年限が終了し、平成二十二年から十和田市立十和田湖診療所に勤務しています。この診療所は中核病院まで約50km離れており、住民にとつても重要な役割を持った診療所ですが、私が赴任する以前の五年間は常勤医が不在でした。義務年限が明けた後もへき地診療所で勤務していると言うと、周りからは少し変わった医師(?)に見えるようです。特に若手の医師にとつて、へき地診療所はなかなか魅力的には映らないかもしれません。その理由の一つには地域医療／へき地医療の現場ではあまり勉強にならない点を指摘する先生も少なくないと思います。私は多くの若手医師こそ、地域医療／へき地医療の現場で多くのことを学んでほしいと思っていますし、地域医療の現場でやりがい

持って仕事をしてほしいと願っています。私の少ない経験を振り返ると、地域医療を面白くするにはコツがあると思うのです。地域医療を面白くするというと、どうしても、「自然が豊富」とか「食事がおいしい」などが医療から少し離れた所に魅力を見出すことを想像するかもしれませんが、学問的にも非常に魅力的な点が多いことを指摘しておきたいと思えます。

地域医療の現場で働くと、一人の患者が多くの問題を抱えていることがあります。特に高齢者ではその傾向が顕著です。高血圧、腰痛症、白内障などのコモンな慢性疾患に関しては専門の先生に引けを取らない程度の知識を備えることが私の目標です。専門外であっても、患者の問題は自分の問題であると思えば急に地域医療は面白くなります。目の前の

問題に対して謙虚にさえなれば、退屈なことはなく、むしろ課題は増える一方だというのが私の感想です。患者さんは、日々さまざまな症状の訴えをしますが、自分の専門外の問題もまず自分の頭で考えてみるのです。自分で対応できるのかできないのかは別にして、まず目の前の患者の問題すべてを受け止める。そんなところにも地域医療を面白くするコツがあると思います。

そうは言っても、なんだか大変そうに感じるかもしれません。私は初期研修を終えた三年目に地域の診療所で勤務しましたが、そのときの大変さは今でもはつきりと覚えています。初期臨床研修時代と異なり、病名も訴えも渾沌とした世界へ放り出され、何をどうしたらよいかさえ分からないような感覚です。この困難を乗り越えるのに役に立ったのが、EBMとの出会いです。EBMというと、地域医療とは対極にあるイメージと感じてしまうかもしれませんが、私は地域医療の第一線でこそEBMを十分に学べると思えますし、役に立つと感じています。多くの問題を自ら解決しなければならぬ状況ですし、身近な患者のために何とかしてあげたいと感じる気持ちでEBMを実践するエネルギーになるのです。EBMのバイブル(文献1)に紹介されているEBMの定義を紹介します。

What is EBM?

Evidence-based medicine (EBM) requires the integration of the best research evidence with our clinical expertise and our patients' unique value and circumstances.

つまり、研究による最善の研究によるエビデンス(best research evidence)と臨床的専門技能(clinical expertise)患者の価値観(patient's unique value)周囲の状況(circumstances)を統合させたものがEBMというわけです。ガイドラインや論文一辺倒の料理本医療(cookbook medicine)と違い、地域の現場にはEBMを実践する基盤があるのです。地域医療の現場はやりがいがあるし、面白い。いまは素直にそう言えます。最後に、日々の地域医療の実践を記録した小生のホームページを紹介したいと思います。見学や研修希望がある場合にはご連絡いただければと思います。

ROCKY NOTE (ロッキーノート) HP

<http://rockymuku.sakura.ne.jp/ROCKYNOTE.html>

参考文献

1. Sharon E. Straus, W. Scott Richardson, Paul Glasziou, R. Brian Haynes. Evidence Based Medicine. Churchill Livingstone; 2005