

【初めに】

私は2016年5月9日から7月8日にかけてミネソタ大学にて8週間の臨床実習に取り組みました。この報告書では小児呼吸器科（3週間）、血液内科（3週間）、緩和ケア科（2週間）での各実習の振り返り、現地生活などに関して報告をさせていただきます。

【小児呼吸器科】

実習は毎朝8時半からの回診とコンサルト症例への対応が主な内容でした。ミネソタ大学小児科病院は嚢胞性線維症（Cystic Fibrosis）の専門治療施設ということもあり、回診は指導医やレジデント（小児科研修医）、看護師、薬剤師のほか、栄養士や呼吸療法士も参加して行われました。多様な専門的視点から意見が飛び交い、積極的にディスカッションが行われることで、質の高いチーム医療が展開されていました。

一方、コンサルト症例への対応では、ICUに入院されている難しい病態をもつ患者さんの呼吸状態を指導医と一緒に診ていきました。重篤な症例であっても指導医は私に症例を割り当て、「1時間後に戻ってくるから、一人で話を聞いて診察してカルテに入力してみて」と課題を与え、その後親身に指導して下さいました。電子カルテ（Epic）の使用方法など何一つ分からない私に一から親身に教えて下さった指導医に心から感謝する日々でした。渡米前に添付ファイルで頂いた英語文献（16個）やUSMLE（United States Medical License Examination）スタイルの予習問題（20題）に関しても、指導医からマンツーマンで解説して頂きました。実習全体を通して、やはりUSMLE Step 1の勉強は不可欠でした。

偶然にも小児呼吸器科チームには日本人のレジデントもいらっしゃいました。これは本当に幸運なことでした。病棟で様々な相談に乗ってもらい、質問に答えて頂いただけでなく、毎週のように食事に誘ってもらい、将来米国でレジデントのポジションを得る上で難関となる推薦状や面接、マッチングの準備についてのアドバイスや、実習の進捗状況についての話し合いにも時間を割いて頂きました。

【血液内科】

3週間マンツーマンで指導して下さいましたフェロー（専門研修医）は、エチオピアの医学部を卒業後にレジデントから米国に来られた先生でした。どんな質問にも親身に答えて下さり、逆に振ってくださる質問は、USMLE Step 1の復習事項、Step 2 CKの必須事項ばかり。また、それらの基本事項を網羅的に確認した上で、さらに発展的なことを納得がゆくまで教えて頂いたため、どんどん知識が身につく楽しい2週間でした。さらに私にとって最大の課題は医学知識以前に英語コミュニケーション力の不足でしたが、フェローはそのことも十分理解して下さい、ランチやコーヒープレイクの時もずっと一緒に過ごして英会話の時間なるべく沢山作ってもらいました。

実習は基本的に、フェローと一緒に10人程度の担当患者さんを一緒に診て回り、新患症例（総合内科からのコンサルト）があればその診察に同行するスタイルでした。その後、フェローは指導医にプレゼンテーションを行い、ディスカッション後に再度指導医とともにベッドサイドに足を運びました。私もフェローの担当症例のうち1~2症例を毎日担当させてもらい、問診、身体診察、口頭プレゼンテーション、カルテ記載などを行い、フェローとアテンディングから指導を受けました。米国の医学生と同等の能動的な実習をさせて

頂けたことや、日本で耐えてきた USMLE Step 1 や TOEFL iBT の辛い勉強が報われたことに嬉しさをかみしめながら日々の実習に取り組みました。さらに、「最新のガイドラインや UpToDate を調べて、深部静脈血栓症と肺塞栓の治療について 10 分でトークする」といった課題に取り組む機会も頂き、大変充実した実習となりました。

フェローは週に 1 日だけ午後に悪性リンパ腫外来も担当されていました。そこでは、教科書に載っている主要な悪性リンパ腫の多くをわずか 4~5 時間で集中的に診られる上に、フェローが悪性リンパ腫の著名な教授からマンツーマンで指導を受けられるプログラムが敷かれており、その恵まれた臨床トレーニング環境に改めて魅力を感じました。フェローとのディスカッション後に教授が診察室で行う 1 つ 1 つの病歴聴取や注意深い身体診察は、フェローが取り損なった項目をその場で直接見せて示すかのようなようでした。その一連の光景を拝見すると、「良いプログラムがあって良いトレーニングができるから米国に臨床留学しに来たんだよ」と目を輝かせながらおっしゃっていたフェローのモチベーションにも十分に納得がいきました。

【緩和ケア科】

HCMC (Hennepin County Medical Center) と呼ばれる州内最大の地域病院にて 2 週間の実習を行いました。将来の希望進路科が小児血液腫瘍科である私が、小児呼吸器科、血液内科と共に緩和ケア科を選択した目的は、① 末期患者さんおよびご家族とのコミュニケーションの図り方、② 米国のチーム医療、の 2 点について学ぶことでした。自分自身の英語能力が不十分なことと、指導医のコミュニケーションの取り方から学ぶべき内容があまりにも多かったこともあり、「自ら症例を担当して学ぶ実習」ではなく「指導医の下で見学したことをフィードバックしてディスカッションする実習」となりましたが、学びたいことをストレートに学ぶことができた、有意義な 2 週間でした。また個人的にお願いし、チャプレンやソーシャルワーカーに付いて見学する機会も頂きました。

緩和ケアチームはがんに限らず、重い病気に罹ったあらゆる患者さんの“Suffering”と“Needs”を理解し、身体的・心理社会的、及びスピリチュアルな観点において、患者さんがより“Comfortable”に過ごせるように尽力する医療チーム。その中で、身体的側面（主に疼痛管理）に対しては緩和ケア医、社会的側面においてはソーシャルワーカー、心理的・スピリチュアルな側面ではチャプレンが、それぞれ主導的に専門性を発揮されていました。2 週間でチームが担当したのは、がん患者さんが 15 名、そうでない患者さんが 19 名（心不全、脳卒中、末期肝不全、重篤な感染症など）。また、ALS (Amyotrophic Lateral Sclerosis: 筋萎縮性側索硬化症) の専門外来でも、神経内科あるいは呼吸器内科のバックグラウンドを持つ緩和ケア医が各患者さんのフォローアップ診察に当たっていました。

毎朝のミーティングに加え、必要に応じてケアカンファレンスも日々開催され、患者さんやご家族がそこに交わることもしばしばでした。テレフォンスピーカーを囲んで、遠方にいらっしゃるご家族やプライマリケア医と電話回線を利用してミーティングが行われることもあれば、ICU の病室に全担当スタッフが椅子を持って集まり、患者さんにご家族を囲むような形で長時間の話し合いが行われたこともありました。カンファレンスには、医師、看護師のほか、ソーシャルワーカー、チャプレン、理学療法士、言語聴覚士、倫理コンサルタント、医療ケアコーディネーターなど、実に多様な職種の方々が参加されていました。それぞれのプロフェSSIONAL が異なる視点から、現在の患者さんやご家族の心の苦しみや社会的な問題点を指摘あるいは代弁し、それらの情報を皆で共有しながらチーム全体がより広い視野で解決方法を考え、患者さんにとってより良いケアプランを構築してゆくという、真のチーム医療のあり方について学ぶ契機となりました。

【ミネソタでの生活】

滞在先は自らインターネットで検索して決定しました。全米で最も治安が良いと評されるミネソタ州にあってはやや治安の悪いエリアに位置する、月額 450 ドルのシェアハウスでした。居住環境面では若干の不安もありましたが、偶然にも同じ家にミネソタ大学経済学部 3 年生の日本人学生が住んでいたため、生活面で様々な情報やアドバイスを頂きながら、支え合って生活することができました。ミネソタ州は自然豊かな土地で約 11000 の湖が存在し、実習を行った 5 月～7 月は気候面でも大変恵まれた時期であったことから、アウトドアアクティビティも存分に楽しむことができました。主な交通手段であるバスとメトロのフリーパスは月額 85 ドルで購入することができ、Google Map のルート検索機能を利用すれば、どこへでも効率よく自由自在に移動することができました。大学周辺はレストランやスーパーマーケットも多く、食生活面でも快適に過ごすことができました。

【最後に】

ミネソタ大学での臨床実習を経て得られたものは計り知れません。熱意やプロフェッショナルリズムに満ち溢れる、国際的に優れた臨床医の方々との出会いは一生の財産であり、またそうした先生方の臨床スキルを目の前で拝見し、自分が目指すべき臨床医としての目標ラインを見定めることができたのは大変幸運なことでした。また、様々な人種や社会的背景を持つ、多様性に富む患者さん、ご家族、医療スタッフの方々とコミュニケーションをとることができた 2 か月間は刺激的な毎日でした。もちろん、実践的な臨床トレーニングや英語コミュニケーションに打ち込んだ 2 か月間を通じて、将来の米国臨床留学に向けて最大限の自己成長を得られたことは言うまでもありません。今回の実習を通じて「米国でいつか臨床医として仕事がしたい」という夢に近づくことができただけでなく、その夢はさらに大きく広がりました。

私は留学に先立ち「常に心がける 5 か条」を定めていました。① 笑顔、② 挨拶・自己紹介、③ 熱意・態度、④ 感謝の気持ち、⑤ 報連相。思うようにコミュニケーションが取れず、ディスカッションや診察に積極的に参加できなかったことも多く、辛いと感じずに過ごせた日は 1 日もありませんでした。しかし本当に辛い時こそ、5 か条だけは怠らないように心がけたことで、周囲の人たちから感謝してもしきれないほどの温かい支えと励ましを頂き、実習を無事に乗り切ることができたと考えています。今後も常にこれら 5 つの心構えを忘れず、これまでお世話になった方々の期待に応え、恩返しができるように、将来の米国臨床留学に向けて自らのやるべきことを地道にひたむきに行っていきたいです。