

## 研修医だより

## ● 2年間を振り返って 2021.03.16 ▶ 研修医 2年目 S.O

こんにちは。2年目研修医のS.Oです。前回の研修医だよりから間があきましたが、予告どおり研修を振り返ってという題で書かせていただきます。内容については、所属機関の研修医代表の声ではなく、一個人の考えですので、その点ご了承ください。

私が研修医2年間は、周囲の環境（どの病院で研修したか）よりも、どのような姿勢で研修を行うか、が大事だと考えていました。今となっておこがましい考え方ですが、研修病院をあまり熟考せずに決めていたことの言い訳だったのかもしれません。

漠然と、内科系になるのかなと考えていましたが、回った科が第一志望のつもりで仕事をしていました。ただ、救急には興味があったので、どの科であっても、救急疾患への対応については、注意深く学ぶこととしました。

決して優秀な研修医ではありませんでしたし、知識や技術が秀でていたわけではありませんでした。上級医の先生方からすると、八方美人的な印象を持たれたかもしれませんが、志望科の研修医であるかの如く、多くの知識を教えていただき、臨床の場で実践する機会を提供してくださりました。コメディカルの方からも現場で生きる技術や考え方を学ぶことができたと思います。

研修開始当初は、自分の姿勢だけでどうにでもなると思っていたのですが、今となっては、周囲の環境の大切さに気付かされています。いくら自分が積極的に仕事を行ったとしても、適切に指導して下さる上級医がいて、医療をサポートするコメディカルがいて、困ったときに相談できて働く上でのモチベーションになる同期がおり、当院を頼って来院する患者さんがいないと、研修は成立しないと感じています。病院見学当時はわかりませんでしたが、北見日赤は、上記の条件を満たしている病院と感じています。

あまりまとまりのない文章になってしまいましたが、次に研修医中にやっておいてよかったこと、やっておけばよかったことを書き出します。

## ① 救急症例の共有

他の研修医・上級医がどのように初療と診断していったか、を学ぶことで、次同じような症例が来たときに、自分でも対応できるようになるかと思います。日常業務に負担にならないように形を変えながら、今ではほぼ週1回、1時間程度かけて、症例の共有が継続されています。最近は私自身あまり参加できていませんが、現1年目に引き継がれ、発展していくことを期待しています。

## ②各科の救急症例で必要な知識を最低限学ぶこと

1, 2ヶ月の研修期間の間に、回っている科の知識、技術はすべてマスターすることは不可能です。興味がある科もない科でも、見逃しては行けない疾患の症状や、検査指示、検査結果、初療方法を学ぶことで、知識の整理にもつながると思います。その上で余裕があれば、専門科の先生が、commonな疾患に対して、どのような検査をオーダーして、投薬や治療をどのようにしていくかは学ぶことが可能です。主治医であるかのようにオーダーを組み、処置や対応をすることによって、知識の定着はより進むと考えられます。上級医の先生に任せてもらえる範囲が広がると思います。

## ③画像、抗菌薬、輸液の勉強

研修を始めるにあたって、みたいな研修医向けの本によく書いてありますが、確かに勉強する必要はあると感じました。抗生剤であれば、ペニシリン系、セフェム系、画像であれば、腹部骨盤のCT、脳梗塞のMRIなど、必ず必要になるところから少しずつ勉強していくと良いのかなと思います。どう勉強するかは、人それぞれなので、自分の研修先の先輩に聞いてもらえるといいのかなと思います。

## ④+aのこと

研修以外のことです。私自身は2年間通じてあまり余裕がなかったので、趣味というものはなかったのですが、釣りをしたり、旅行に行ったり、息抜きの方法を見つけるといいのかなと思います。今年は、新型コロナウイルスのため、飲み会や研修医旅行もできず、窮屈な生活になってしまいましたが、私生活に余裕が出ると、日常の医療にもプラスに働くのではないかと思います。

研修医だよりを読んでもらっている皆さんありがとうございます。

某研修病院の研修医だよりを、大学院生ですさんでいる時にモチベーションとして私が読んでおり、自分も研修医になってから書いてみたいという思いで、投稿させてもらっていました。

最後になりますが、2年間振り返ると、多くの失敗と迷惑をかけてしまい、上級医のみなさん、コメディカルのみなさん、研修医の先輩後輩、同期には感謝してもしきれません。このような環境で、北見赤十字病院の研修医ができて、幸せでした。今後、上級医として、地域医療に貢献し、研修医に還元できるように努力していきたいと思います。



Congratulations on completing!

