特別寄稿
日本医師会赤ひげ大賞受賞者より

赤ひげ大賞受賞を祝して

常任理事・情報広報部長
山　科　賢　児

日本医師会は、地域住民の日々の健康管理と診療に親身となっているかかりつけ医を顕彰して「日本医師会赤ひげ大賞」を平成24年度より創設し、今年３月、第２回目の受賞発表が行われた。

今回は全国から５名、北海道医師会より富良野医師会の下田憲氏が選ばれた。社会が殺伐として人々の心と心が通わなくなっている状況のなか、下田氏の医療が評価されて北海道医師会はこの上なく誇りである。この機会に下田氏から受賞の言葉と日頃実践している医療を紹介していただいた。

優しいが芯の強さを持つ独特な書体の言葉のメッセージが掲げられた「ことばの館」で作務衣姿の医師に出会う。患者さんにとってクリニック受診はまるでお寺へ行くような雰囲気ではなかろうか。修行僧を彷彿させる医師と対面し病気の相談をする。なぜか心の内を打ち明けたくなる衝動にかられるのだろう。

下田氏の医療の特筆すべきことは、東洋医学と心身医学を用いて患者にアプローチし「体と心の医療」を実践している点である。データ至上主義の昨今、「赤ひげ」として特別視されがちであるが、自分の言葉を用いて人と人との対話を大切にする医療、これこそが医療の原点であり王道であろう。

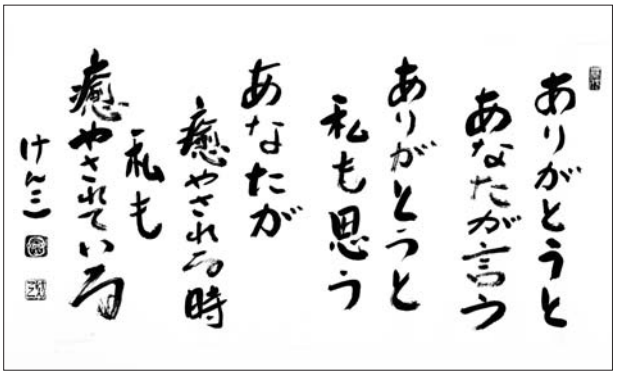
しかし現実は高度の技術を駆使した医療を目指す傾向にある。多くの人々も器質的疾患を心配して臓器別の専門医指向である。そのため検査や技術偏重の医療になりがちである。だが本来医療は、体と心を持つ人間を対象とするものである。それならば我々は「赤ひげ」の実践するスキンシップやコミュニケーションの大切さをもっと再認識する必要があるのではないだろうか。

文中に「深い心の傷が癒えないまま」「どれだけ患者さんに尽くしても、罪滅ぼしには尚なっていないと、詫びる心もいっぱい」とある。今後も「赤ひげ」は重苦しい使命を背負い、山村の館での心を引き締めた修行を続けるのであろう。そこに見えるのは人々との出会いを通じて、喜びや悲しみを分け合って、泣いて笑って生きていく「赤ひげ」の姿である。

生かされて山医者

富良野医師会
けん三のことば館クリニック
下　田　　憲

道央の山峡の地で、小さな医療を続けている小生にとって、今回の受賞は分不相応なものでした。選考基準にあるような、立派な地域医療の世界には及ぶべくもなく、いったんは辞退を申し出たことでした。しかし本来の「赤ひげ」は、他と違う形で、人に優しく奉仕する医療を行った方でありました。それならば辛うじてできているのかなと思い、小生の少し変わった医の世界を広く発信させていただくのも、世に役立つのかも知れないと考え直し、厚顔にも、賞を受けることとしました。



今の小生の医療を「ことば」に表すと、こうでしょうか。詳細は語りませんが、幼少時に負った深い心の傷が癒えないまま、医師という職を与えられ、私的には周りに悲しみ苦しみを撒き散らしつつ、それでも多くの出会いや触れ合いをいただいた故に、導かれたどり着いた世界です。

最初は都会での専門医指向でした。しかし現実は何故か、当時百万都市の札幌から23万人の小樽へ、７万人の長崎県大村市へ、１万人の離島生月町へ、さらに5,600人の富良野市山部地区へ。そして最後に、東京23区と同じ広さに2,700余人が質素に住む、ここ南富良野町に至っています。

小樽で初めて訪問診療に出合い、その後転任に連れて、かかりつけ医としての喜びに目覚め、次第に専門医からは遠ざかり、気付けば医師としての40年近くを、離島、過疎地、僻地で過ごしておりました。

山部時代は、在宅患者さんだけで100人を超え、訪問診療がまだ普及していなかった頃のため、テレビ等の取材が相次ぐようになりました。そのピークの時に、突然無医地区となった隣町の現地に移ったのですが、その間の消息は、後に佐久総合病院長を務められた清水茂文先生との、往復書簡集『地域をつ

むぐ医の心』に綴っております。

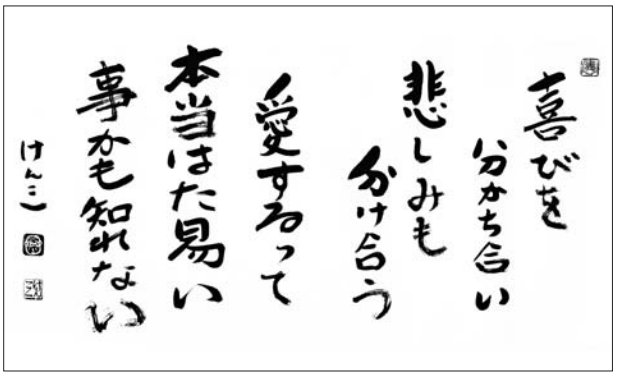
人間として未熟なまま生き続けた、小生を導いて下さったのは、出会わしていただいたすべての患者さん、地域の人達、医療保健福祉に携わる方々だと、しみじみ感じております。しかし中でも、医師となった初期の幾つかの出会いが、その後を方向付けたと思います。

免許を得て最初の当直の夜でした。一人の入院患者さんの頭痛の訴えがありました。まだ乏しい能力しかなかった小生が、一丁前に聴診器を当て、風邪薬を処方したのですが、やがて状態が急変し、２時間後にその方は亡くなられたのです。前骨髄性白血病の方の小脳出血でした。診断できていても救命は困難だったのですが、その方は命終が迫っていることを察し、必死の面持ちで小生に訴えかけたのですね。それに気付けば、せめて家族を呼んであげられたのに、たった一人で死なせてしまったのです。医師免許を手にして鼻高々になっていた小生を、打ちのめした出来事でした。いやしくも、白衣を着て聴診器を下げている以上、どんな時も医師は、形だけで患者さんを診ることは許されないのだと、しみじみ思い知らされました。

次の出会いは、先輩医師から引き継いだ女性患者さんで、８年間何の反応も無い「植物状態」ということでした。ところがある日偶然に、その方の妹さんが、瀕死状態で隣のベッドに入院されたのです。姓が違うので分からなかったのですね。驚きました。突然その方は、明らかに呼吸を荒くし、やがて妹さんの臨終を告げた時、寝た切りのままの目から、大粒の涙を流されたのです。「植物状態」なんて、周囲の勝手な思い込みだ。人間は最後まで、情愛と尊厳を持って生きているのだと、気付かされました。

もう一人、やはり先輩から引き継いだ末期癌の方がいました。胃癌が腹壁を破って外に盛り上がっている状態で、常に苦痛の表情を浮かべ、日に８本もモルヒネ注を使用していました。しかし１時間も効かないことも多く、何とかしたいと思い、その方が輸血を禁じるキリスト教の信者故に、手術を受けなかったことを知って、ベッドサイドで語りかけてみたのです。幸い聖書は何度も読んでいたので、福音書の狭き門の章「心を尽くして狭き門より入れ…」を引き、せっかく狭く困難な道を選んだのですから、最後までその道を歩かれたらどうでしょう、と。今思えば、若造がよくもそんな偉そうなことを言えたものだと、恥ずかしい限りですが、その方は初めて、本当に嬉しそうに、「分かりました」と応えて下さいました。そして以降、亡くなるまでの約３週間一度もモルヒネを求めず、穏やかな笑顔で過ごされ、「ありがとう」の言葉を遺して逝かれました。緩和ケアの原点を教えていただいたのだ、と思っております。

どんな時にも目をそらさず、患者さんの心と体に真摯に向き合う。小生自身が心の傷を負っていたことが、相手の心の痛みに共感できる力になると、次第に分かってきました。



しかし総合医的研修が乏しかった時代、離島や過疎地、僻地での医療は厳しいものでした。内科医でいて、分娩や小手術まで行ってきました。そんな中で、診療の大きな柱となった二つの領域がありました。

一つは最初に研修した病院で学んだ、漢方と鍼です。五感のみで人間を丸ごと診療するため、総合医としての力が養われてきたと思います。それに連れて西洋医学の方も次第に、人に優しい治療や薬を選び絞ることが、できてきたようです。でも最近では、画像ばかり見ている医師が増えたのでしょうか。「初めて私を見てくれる医者に出会った」とか、「初めて体に触れ、聴診器を当ててもらった」とか、言われることも多くなりました。

もう一つは、カウンセリングの世界です。心身医学関係の研修を受けながら、独学で精神分析等も学び取り入れ、本格的な心理療法だけでなく通常診療の中での、プチカウンセリングを行うようになってきました。

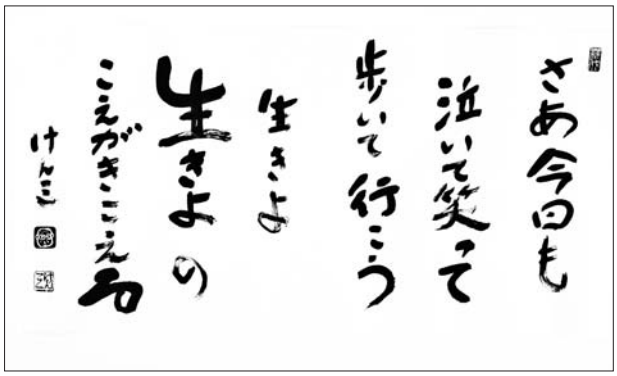
「どんな具合ですか？何か困っていることは？」喜びも悲しみも分け合うつもりだと、目を合わせ語りかけることで、患者さんもいつか心を開いてくれるようになり、それがまた診療の、大きな力となっていきます。体が分かれば心が分かり、心が分かれば、体も分かります。「初めて話を聴いてもらえた」との笑顔に会うのは、医者冥利です。しばらく通った後で、堰を切ったかのように、心の痛みを語り始める方もいます。

毎日が無償での鍼施術と、語りかけと、積極的傾聴です。時間ばかりかかる医療で、最近では患者さんの数は右肩上がりですが、収益は右肩下がりです（笑）。でもそれも、奉仕する医療の必然だと、むしろ喜んでいます。

検査に頼らない分、患者さんの経済的負担は軽くなり、癌の方、難病の方、心の病の方が数多く来診されるにもかかわらず、鎮痛剤や向精神薬も最小限ですみます。１日分の薬価70円という方さえあり、結果として薬の副作用で苦しませることも少ない、人に優しい医療に近づきつつあるのかな、と思っております。

それでも、最初に述べたように私的には、多くの人を傷つけ苦しめてきた己れも確かにいて、今どれだけ患者さんに尽くしても、罪ほろぼしには尚なってはいないと、詫びる心もいっぱいです。

そんな小生をこれからも導いて下さるのは、やはり患者さんをはじめとして、出会わしていただく多くの方々だと思います。語り合い、笑い合い、一つ涙を流し合うたびに、さらに一つ新しい世界が広がり、その途上でいつか、小生の心の傷も癒えるのだと信じております。



公的援助を受けずに建てて運営している、クリニックにはいつも「ことば」を多数掲げ、各所に花も活けています。夏は自転車で金山湖畔を走り、冬はスキーを楽しみます。福祉に何がしかの寄附もでき、アコーディオンを抱えて、老人ホーム等の慰問もできます。こんな山医者を生涯続けさせていただけたら、望外の喜びです。

そうしてひっそりと、この地に隠れ住むつもりのところに、今回の受賞です。でも、丸ごとの人間としての医者が、丸ごとの人間としての患者さんと、向い合い癒やし合う、そんな幸せな医療の在り方を、広く発信していくのもまた、小生に課せられた、大切なミッションなのでしょう。

なお未熟な修業者でしかない己れを、作務衣姿で引き締めながら、これからも歩ませていただこうと思っております。

お知らせ

平成26年度
北海道医師会賞の推薦募集開始

北海道医師会では、北海道医師会員であって医学的研究ならびに医事衛生に関し優秀な業績をあげている個人または研究団体の中から選定して、毎年「北海道医師会賞」を贈り、その業績を顕彰しています。

今年度も推薦募集を開始いたします。賞金は20万円。贈呈式は、10月４日㈯に開催する第94回北海道医学大会総会で行われます。また、受賞者には、北海道知事賞が贈呈される予定です。

記

１．北海道医師会員であって、医学的研究ならびに医事衛生に関する優秀な業績をあげている個人または研究団体が対象です。
２．応募には、所属郡市または医育機関医師会長の推薦が必要となります。詳細については、所属医師会へお問い合わせ下さい。
３．推薦締切日　平成26年６月20日㈮

北海道医師会事業第四課
TEL　011-231-1727
FAX　011-231-2632
E-mail:4ka@m.doui.jp