

## 地域で長く続けるために

宗谷医師会

豊富町国民健康保険病院 内科

片野俊英

今回ちょうど歳男とのことで「新春随想」でも原稿を書きました。内容が一部重なることをご了承ください。私が豊富町に来てからそろそろ2年たちます。1年置いてその前6年間は浜頓別町で仕事をしていた。浪人時代に医師になろうと思った時から「北海道の地域の病院で長く地域の方々の健康を守って行けるようになれば」と思っていました。今道北地方で、若いころ望んだとおりの仕事を続けられていることは幸せだと思います。でも実際に地域で長く仕事をしていた、理想とは違った面もあり疲れているところもあります。

そんな時見ました。去年のNHK朝の連続ドラマ「梅ちゃん先生」。医師が主人公なので(決して堀北真希が目当てではアリマセン)毎日診察前に見えました。

場末の診療所で診療している世良公則が扮する「坂田先生」が、梅ちゃん先生に言ったセリフ「医師が病気を治すなんて思い上がりです。医師は、ただそこで寄り添っていてあげればいい。だから私はここで開業しているんです」。梅ちゃん先生はこの話を聞いて地元の蒲田で開業することを決意するのですが、私も感動しました。地域に長くいて、患者さんに寄り添ってられるような医師になれたらいいと改めて思いました。また、坂田先生が梅ちゃん先生にとって良いロールモデルであったように、地域医療のロールモデルとなるような先生方がたくさんいればいいなと思いました。

ここからは、私が思っている長く地域医療を続けるために大切なことを書いてみます。

### 1) その地域を好きになること

道内の地方で働いている先生方には、家族が札幌で週末は必ず帰る方々がいらっしゃいます。次に書く「息抜き」という面では否定はできませんが、できればその地域を好きになって、家族みんなに住めたら長く地域で続けられると思います。先月号での本特集でも、地域でご開業されている先生・家族で住んでいる先生がいらっしゃってうれしく思いました。また内地から北海道に来てくれている医師にも期待しています。

### 2) うまく息抜きをすること

「新春随想」でも書きましたが、町に医師1人となった時、月曜から金曜までずっとオンコール体制での精神的プレッシャーは大変で、これでは長く続けるのは無理だと思いました。

長く地域医療を続けるには週末・夏休みなど、一時的に臨床から離れて息抜きする時間が必要だと思います。そのために代替医師派遣の体制も必要です。幸い、道の地域医療振興財団にはいつもお世話になっています。

また、普段も地域でできる、ストレスを発散できる趣味を持つ必要があると思います。

### 3) 独りよがりにならないこと

長く地域で医師をしていると、いつのまにか今の医療レベルから遅れてしまう恐れがあります。自分の病院ではできないことでも、今の最新の医学的知識を常に把握しておき、患者さんに説明できるようにしておく必要があると思います。またそのために積極的に研修や学会に参加するべきだと思います。

また、患者さんを抱え込まず、自分の力量以上であれば適切に地域センター病院へ紹介する必要がある、紹介先の先生方とのコミュニケーションを普段から取っておくとよいと思います。

### 4) さまざまな人間関係をうまく保っていくこと

医師は保健・医療・介護に関わる多くの職の方々と関わります。それぞれのプロフェッショナルリズムを活用・尊重しながらも医師が中心となることが多いと思います。

また、小さい町では役場が医療に関わることも多く、町の医療を良くするためには町長さんに関わる必要もありえます。

患者さんに対しては、医師も人・患者さんも人で、どうしても合わない人・治療方針に従わない人もおり、その場合は無理に抱え込まずに紹介する場合があります。

医師同士の関係においては、地域の病院は医師も少人数であり、人間関係が壊れるとただでさえ少ない医師の誰かが出ていかざるを得なくなります。医局人事では、ある程度医師としての研修も診療方針も一定でやりやすい面もあります。しかし地域医療に携わる医師は、それまでの医師人生の中での経験・技量、また人生観もさまざまです。医師同士で上手にコミュニケーションを取っていくこと。経験・技量の差はあれ、お互いに尊重しあいながら仕事をシェアしていくこと。それができないと、1人の医師が「裸の王様」となり長く地域にいるのは良いが、2人目の医師が長続きしないということになりかねません。そうならないよう自戒しながら仕事をしています。

医師が長く地域で仕事を続けるために私が考えたことを書きましたが、今後は1人の医師に頼るのではなく、名寄の佐古先生や夕張の森田先生のおっしゃるような、総合医をプールし交代で派遣するような仕組みを道が主体となって作り上げる必要があると思います。

私としては、大変なこともありますが、できればもうしばらく自分の理想である、地域での医療を続けていきたいと思っています。