人は見かけが一番

札幌市医師会
林下病院
林下（はやしした）　忠行（ただゆき）

「メラビアンの法則」というものがあります。

人間のコミュニケーションにおける「感情の伝達について、その要素を数値化したものです。人間のコミュニケーションは言葉だけではなく、見た目や態度などの「非言語的な要素」が大きく関与するという考え方から来ています。具体的には「７－38－55ルール」とも呼ばれ、それぞれの数字は言語７％、聴覚38％、視覚55％という、感情を伝達する際の各要素の重要性を表しています。

人々が他者から受け取る情報の大半は視覚情報であり、それが我々の感情や行動に大きな影響を与えるということです。我々は自分の姿勢・表情・着る服など見た目にさらに注意を払うことが重要であります。この視覚情報に会話中のボディランゲージなども含まれます。腕を組む、体を閉じるといった動作は、相手に防御的な姿勢として映ることがありマイナスにつながりますが、背筋を伸ばしてオープンな姿勢でいると、好意的な印象を与えます。アイコンタクトも大切です。全く目をみてくれない人との会話より、適度に目を見て会話してくれる相手の方が信頼度が増します。

この事実はふだんの医師―患者関係に応用しない手はありませんので活用してください。

精神医学の臨床においては、まず特定のはっきりした精神症状をあらわしている患者を観察し、その症状を記述することが第一歩となります。ただその際、大切なことは、やはり一つの勘を身につけることです。精神医学はもちろん科学ですが、対象が精神現象であるからには、勘が大きな役割を果たすことはやむを得ません。そしてその勘は患者との接触によって学びとるほかに方法がない。と北大精神科教授であった諏訪望先生が精神医学の教科書に記載されております。

また精神疾患の診断をつけるさいに、たとえば、妄想と幻覚があるから統合失調症であるというふうに、一覧表かなにかによって機械的に結論を出そうとすることは、一見合理的のようではあるが、実際にはかえって混乱に陥ってしまうことになる。それよりはむしろ、患者と面接したときに、まず全体の印象を捉え、そこから出発して個々の症状を引き出す、という方向に進んだほうがよい。と述べられております。

またPraecox-Gefühl「プレコックス感」というものがあり、統合失調症の患者さんと接した際に、観察者が感じる特有の「違和感」や「独特の雰囲気」を指す言葉です。これは、必ずしも診断基準となるものではありませんが、経験則的な感覚として、診断の際に重要視されることがあります。

初期臨床研修医の指導

室蘭市医師会
製鉄記念室蘭病院
飯塚（いいづか）　裕典（ゆうすけ）

2024年度から製鉄記念室蘭病院で勤務させていただき小児科科長の任を拝命いたしました。

製鉄記念室蘭病院は病床数347床と決して病床数は多くない病院でございますが、初期臨床研修医は基幹型で28名と非常に多く活気がある病院です。また、今までは自分も上級医の先生に発表のスライドや論文を推敲していただいておりましたが、逆の立場となり自分も研鑽せねばと考えさせられております。

どの初期臨床研修医にも実践的な研修をしてもらいたいと考えつつも、小児科はほとんどが臨時受診の外来または入院症例である特性から、時期によって必ずしも緊急的な対応や当直業務に必要な症例に当たることができないケースもあり、対応について試行錯誤しております。今年度から取り組んでいるのは仮症例を基に、実際に現場に即した形で動いてもらうというシミュレーション教育です。必要な物品をそろえる、他の医師や看護スタッフの協力も必要としますが、初期臨床研修医自身に考えて動いてもらうという意味で有意義なものではと考えています。今はアナフィラキシーや痙攣、喘鳴、ショックなど限られたものとなっていますが、幅広く進めていければと考えております。

また、志望診療科が確定されている初期臨床研修医においては、採血やルート確保などの手技を多く経験してもらう、関連する疾患を中心に診療してもらう等の対応もしております。最低限として経験する手技や症例数を決めた上で、オプションとして上記の対応ができれば望ましいと考えておりますが、なかなかうまくいかないところです。

初期臨床研修医の指導は施設によって様々であり、小児科に限らず試行錯誤されている先生方が多いと思いますので、ぜひアイディアを共有できる場があれば幸いと考えております。