「平成30年度 臨床研修屋根瓦塾KYOTO」開催

● 平成30年7月28日(土)
● 京都府医師会館

先輩医師から後輩医師へ、自分たちが学び経験したことを、屋根瓦のように繰り返し教え伝えていく。恒例の「屋根瓦塾」が今年度も開催されました。先輩の若手医師が作成した8つの症例シナリオに、1・2年目の臨床研修医たちがチームを組んで挑戦。ほかの病院の研修医がどのような研修を行い、どのような実力を持っているのか感じ合える、充実した場となったようです。

チームで挑んだ症例鑑別クイズ〈一例〉

医師国家試験110D45 改変

症例:70歳男性

■主　訴:言葉が出てこない
■現病歴:来院2時間前から急に言葉を発さず、周囲を見回す動作を続けるようになった。普段と様子が異なるため、妻が救急要請した。
■既往歴:心房細動、高血圧症、2型糖尿病
■内　服:ワルファリン 2mg、エナラプリル 5mg、グリベンクラミド 10mg
■生活歴:喫煙 20本/日(50年)、機会飲酒
■家族歴:特記事項なし

バイタル

血圧 162/98mmHg
心拍数 93回/分(不整)、
体温 37.0℃
呼吸数 22回/分、SpO2 99%(室内気)

一般身体所見

頸部血管雑音なし、その他特記事項なし

神経学的所見

E3V2M5
有意な自発語なし
眼球共同偏視なし
随意的な眼球運動の制限なし、顔面麻痺なし
右上下肢は挙上困難・水平運動はわずかに可能
左上下肢は自発的な挙上保持を確認
構音障害、感覚障害、協調運動は詳細評価困難

Q まずすべきことは?

A 血糖測定

低血糖によるstroke mimics

簡易血糖測定で血糖値 28mg/dL であった。
ビタミンB1製剤、50%ブドウ糖液 40mLの投与で速やかに神経症候は改善した。
低血糖による中枢神経症状と診断した。

Take Home Message

低血糖により脳卒中様症状をきたすことがある。
意識障害があればすぐに血糖測定を行う。

意識障害の復習ポイント
「AIUEO TIPS」「DO DONT」をもう一度チェック!

京都府医師会研修医向けイベントスケジュール

症例やシミュレーションを通して救急医療を学ぼう!

平成31年度 臨床研修屋根瓦塾 KYOTO

と　き:2019年7月6日(土)　午後2時〜7時(予定)　※懇親会含む
ところ:京都府医師会館
参加費:無料
プログラム(予定):■ロールプレイ　■シミュレーションゲーム
■懇親会/メディカルクイズ
対　象:1・2年目の研修医

【お申し込み・お問い合わせ】
下記連絡先もしくはメールにて気軽にご連絡ください!
京都府医師会　学術生涯研修課
メール:gakujyutu@kyoto.med.or.jp

京都府医師会では本誌を定期的に発刊しており、次号は4月に発刊予定です。
掲載内容向上のために、本誌に関するご意見・ご要望をお寄せください!
また、研修医・編集委員を募集しています。
編集に携わってみたい先生がおられましたら、事務局までご連絡ください。

ご意見・ご要望、編集委員の応募はこちら

《Arzt》:ドイツ語で『医者』を意味する言葉から本誌のタイトルを取りました。

一般社団法人 京都府医師会
〒604-8585 京都市中京区西ノ京東栂尾町6
TEL.075-354-6104　FAX.075-354-6074
http://www.kyoto.med.or.jp/

研修医・若手医師のための情報誌『アルツト』 Arzt Vol.06
2019年2月17日発行
発行人 一般社団法人京都府医師会　制作 アルツト編集部
一般社団法人 京都府医師会

Arzt

研修医・若手医師のための情報誌『アルツト』 VOL.06

平成30年度臨床研修屋根瓦塾KYOTOのひとこま

専攻医REAL　SPECIAL EDITION

医師の仕事と出産、子育て。両立のリアルライフは、どんな日々?

EVENT REPORT

「平成30年度 臨床研修屋根瓦塾KYOTO」開催

INTERVIEW

医師の仕事と出産、子育て。両立のリアルライフは、どんな日々?

1歳3カ月の女の子を育てながらの専攻医1年目。小児科医としてスタートを切ったばかりで、自らの学びと、初めての子育てと、それはきっと目が回るような忙しさなのでは?　両立のための工夫や、キャリアの継続と妊娠・出産とのバランスのとり方など、聞きたい&知りたいあれこれを京都府立医科大学附属病院の島川 麗先生に伺いました。

旦那様から

自分の方が仕事から帰ってくるのが遅いことが多くて平日の夜はだいたい面倒は任せきりになってしまい申しわけなくおもってます。 また、うちの場合は子どもが泣いた時に父親ではダメで母親じゃないとどうしようもない時がよくあります。夜中泣いた時も最終的には母親頼みになってしまい仕事もして疲れている中、とても感謝してます。

ベストな出産時期を人生設計から逆算

専攻医1年目で、母親としては2年目に入ったところです。医師に限らず、仕事を続ける上で出産を考えると、「いつ産むか」というタイミングがとても大事になってきますよね。私の場合は、30歳頃までに子どもを2人ぐらい産んでおきたいという思いがありました。そうすると、20代半ばには1人目を産んでおかなければなりません。ただ、臨床研修が終わって卒後3年目になると、専門科が始まる。専門科になってからはいろいろと勉強することも多くなりますし、しっかり働きたいなと思っていました。逆に研修医の時期なら、いろいろな科を回りながら、その都度、上の先生もいらっしゃって、まだ自分が背負う責任が少ない。まわりへの迷惑や支障が少ないうちに産むほうがいいかなと思ったのです。

いつ子どもを産むのがいちばんいいのかな、なんて、学生の頃から友だちとよく話していました。いつ産んでもしんどいのは変わらないし、それなら早めに産んだほうがいいよね。そんな結論でしたね。

娘が生まれたのは研修医2年目の秋です。出産直前まで働いていました。出産などで休んでも、90日までなら2年で研修医を終えることができます。何かあって研修期間が延びても、それは仕方ないかなとは思っていましたが、幸い妊娠中も出産時も産後もとくにトラブルなく順調。研修科が月替わりでローテートするので、10月1日から12月いっぱいまで休み、1月から復帰しました。

家族の支えに感謝して仕事と育児を両立

現在は府立医大附属病院の院内保育を利用しています。病院近くの、夜10時まで預かってくれる保育園入園を考えていたのですが、空きがなくて。最初はぜんぜんミルクも飲まなくて泣いてばかりだったのですが、院内保育なので、仕事の合間に授乳しに行ってあげたりできて。子どもも私も安心できて、そこは本当に助かったなと思います。院内保育は満2歳までしか預かってもらえません。次の預け先を考えなきゃと思っていたところ、4月から1年間、夫婦ともに綾部市立病院で働くことになりました。綾部にも院内保育があるそうなので、とりあえずそこでお世話になろうかと考えています。

心配なのは、綾部での1年間、夫婦2人だけで仕事と育児を両立できるだろうかということです。今は実家に頼りきりというのが現状で。院内保育は夕方6時半までで、自分ではほぼ迎えに行けません。実家の母に迎えに行ってもらい、晩ごはんを食べさせてもらって、私たちもそこで食べて・・・という毎日です。私が当直の日は夫の実家で預かってもらったり。それでなんとか成り立っているという感じなので、4月以降をわりと本気で心配しています。なんとかやるしかないとは思っているんですけど。

私は結婚するまで実家暮らしでしたが、夫は大学6年間ずっと一人暮しだったので、家事全般ひととおりのことができる。私より家事力があって心強いです。本当に助かっています。夫の協力と実家のサポートがなければ、私の場合、両立は難しかったかもしれません。

母親としての経験や思いを生かせる小児科医に

小児科を選んだのは、もともと子ども好きというのがいちばんの理由でしょうか。ひとりの子どもを助けたら、後々その子が家族を築いて、子どももできて、なんというか、どんどん未来がつながっていく感じ。そういうのがいいなと思ったんです。また、医師はどの科に行っても忙しいのでしょうけど、子どものためならどんなに忙しくても頑張れるかな、とも。

今、子どもを育てながら小児科医としてスタートしたわけですが、育児に対する周囲の環境、職場の理解という点では、非常に恵まれているのではないでしょうか。小児科というところには、子どもを産んで育てることに対して批判的な視点がないように感じます。すごく助かっています。仕事と育児の両立には、子育て経験のある先生が上にいるかどうかも影響するかもしれませんね。まわりの理解は本当に大切。家族の協力、職場や公的なサポートシステムなどとともに、必要不可欠なものだと思います。

将来は、地域に密着した小児科医というのが理想です。地域のお子さんを身近に診ながら、女医であり母親であるということを生かして、お母さんたちの相談に乗れる、気軽に話してもらえる、そんな医師を目指したいですね。

今はただ、周囲の協力とサポートに感謝しつつ、仕事の愚痴は夫婦で聞き合いながらストレスを発散し、専攻医として日々学びながら、2人目の妊娠&出産のタイミングを計っているところです。

島川　麗 先生 先生
Urara Shimakawa

京都府立医科大学医学部卒業。「女性でもひとりでしっかり生きていけるように」と両親に勧められ、医師を目指す。臨床研修1年目は京都鞍馬口医療センター、2年目は京都府立医大附属病院というたすきがけ研修。専攻医1年目の現在は、同じく専攻医1年目の消化器内科医である夫と一人娘と3人で、双方の実家の協力を仰ぎながら、仕事と子育ての両立に奮闘中。

島川先生のとある一日

6:00 起床 ▶ 8:00 出勤 ▶ 病院内での業務（採血 ▶ カルテ入力 ▶ 昼食 ▶ 検査 ▶ カンファレンス） ▶ 19:00 帰宅・夕食・風呂 子どもと遊ぶ ▶ 22:00 就寝

専攻医生活★こぼれ話

医師に限らず、夫婦がともに働いていても、熱を出したこどものお迎えはお母さん・・・ということが多いもの。仕事を途中で切り上げるのってけっこうストレスなので、「女の人がいくもの」という先入観は持たないでほしいな、と男性たちにひと言(笑)

京都府医師会
子育てサポートセンター

京都府医師会では子育て中の医師を支援するために
「子育てサポートセンター」を開設しました。
京都府医師会は先生方の医師としてのキャリア形成を応援します。

こんな“声”があります。
●手術の日、保育園のお迎えに間に合わなさそう。
●勉強会に参加したい、でもお迎えどうしよう?

そんなとき、先生に代わってお子さんのいらっしゃる保育所等にお迎えにいき、お仕事が終わられるまで府医保育ルームもしくは託児業者保育ルームにてお預かりします。

お問い合わせ
京都府医師会子育てサポートセンター
京都市中京区西ノ京東栂尾町6 京都府医師会6F
TEL.075-354-6125
センター受付時間／月曜日～金曜日(土･日･祝日は休業)午前9時30分～午後5時
利用申込は原則、事前申込としますが、緊急の場合は電話にてご相談ください。