宮崎大学 医学部 地域医療･総合診療医学講座

News Letter

vol.23
2019. 3月号
毎月発行

今月のよっしー

教授　吉村　学

３月は卒業・異動・出会いの季節です。３月中旬に地域枠・地域特別枠・長崎大枠・自治医大に入学する若者たちに出会いました。皆さん高い志を持ち、キラキラした眼差しでした。下旬には医学部卒業式がありました。晴れ晴れとした凛々しい姿に感動しました。残念なことに今回原級（留年生）が１年生20名、２年生36名という結果になりました。看護師国家試験は本学は100%の合格率でしたが、医師国家試験合格率が国公立では下から二番目の83.7%という不名誉な結果になりました。この厳しい結果に直面して、教育者の端くれとして世間に対して大変申し訳なく恥じ入っております。貴重な税金と時間が投入されている事実をしっかりと受け止めて、この現状を改善すべく対策を講じないといけません。教育パイプライン（医師養成を油田から最終的にガソリンスタンドで手に入ることに例えていること）が、医学校に入ってからあちこちで穴が空いている状態とも言えます。確実に医師免許を手にする卒業生が年度によって減る可能性があり、宮崎県の地域医療に直結する影響があります。この緊急事態に対応する責任は大学にあるのですが、全力で対応していきたいと思いますので、皆様のお力もぜひともよろしくお願い申し上げます。

総合診療 Tips　―総合診療にまつわる豆知識―

第７回　「行動変容」

生活習慣病のような慢性疾患があっても、生活における良くない行動を変えるというのはなかなか難しいものです。患者さんとコミュニケーションをとる中で、これまで培われた行動パターンを望ましいものに変えていくことを「行動変容」と言います。

診察で患者さんと話をする際に、LEARNのアプローチ(表1)というL・E・A・R・Nの頭文字をとった５つのステップを踏まえることで、 押しつけ的な指導を避け、より効果的に行動変容を促すことが可能とされています。病気に対する相手の考え方などの枠組みをしっかり把握してから、医療者側の説明や提案をするのが重要といえます。

Listen(傾聴)	病気に対する患者の考えや希望を知る(まず相手を知る)
Explain(説明)	医学的見地からの説明を共通語で話す(分かりやすい言葉で)
Acknowledge(相違の明確化)	相違点や類似点を明らかにし、問題点を話しあう
Recommend(提案)	患者にあったプランを勧める
Negotiate(交渉)	ケンカせずに患者をいかに支援できるかを考える

表１　LEARNのアプローチ

また、患者さんに行動変容が起こる過程にはステージ(表２）があり、無関心期・関心期・準備期・行動期・維持期・再発期の各段階を経ると言われており、特定健診や禁煙外来などでこの考えが利用されています。段階によって適切な支援も変わってきますが、すべての時期において感情面への対応、共感的コミュニケーションが大切になります。

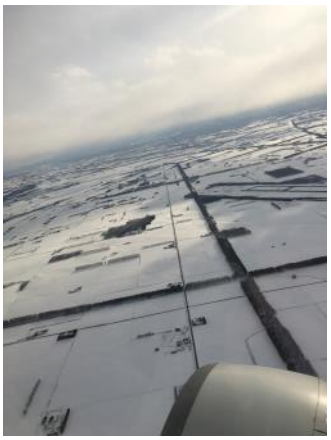
ステージ	状態	支援の例
無関心期	関心がない	考えを聞く、簡単な情報提供
関心期	6か月以内に変えよう	考えを聞く、利益や障害を話し合う
準備期	1か月以内に変えよう	行動しようとしているのを称賛、具体的な方法を話し合う
行動期	行動を変えて6か月以内	とにかく褒める、認める
維持期	行動を変えて6か月以上	褒める、再発防止の注意点
再発期	一時的な失敗、中断	行動したことを褒める、今回の経験からの学びを共有

表２　行動変容のステージ

はっきり分類できない場合もある、いろいろなステージを行き来している

北海道更別村へへき地医療教育視察に行きました。

２月12日（火）～14日（木）にかけて、北海道更別村に地域医療、研修医・専攻医教育、多職種連携、まちづくり等に関する視察に行きました。更別村国民健康保険診療所の全面的なご協力をいただき、16年前に着任された更別村国民健康保険診療所の山田康介先生を中心に若い医師がグループで診察・健診等の関連業務、研修医や学生の指導等を展開されている理想的な形を学ばせていただきました。また、更別村福祉の里総合センターにおいて、山田先生、診療所事務長、村役場企画政策課長、保健福祉課長、産業課長の皆さんと医学生や研修医教育の取組や行政との連携・協定内容等について説明をいただきながら、意見交換を行いました。この他にも更別のまちづくりについても多数学ばせていただきました。大変お忙しい中お時間をいただきました山田先生や酒井事務長を始め、お世話になりました更別の皆様、本当にありがとうございました。



地域医療ガイダンス　冬の陣を開催しました。

２月20（水）～22日（金）の３日間、県内出身の医学生１－３年生13名が、県内の各地の13医療機関で地域医療について学びました。最終日の午後は県庁に集まって全員でディスカッション、その後交流会を行いました。ディスカッションは当講座教員がファシリテーターとなり、３日間の学びの共有、医療者・患者さんへ行ったインタビューの紹介、実習で最も印象に残ったことをイラストで描いて発表してもらいました。交流会には各地の指導者も参加され、学生からは「地域医療とは」というボードに書いた言葉を一人ずつ紹介してもらいました。医学生は、各実習先で地域のさまざまな方とふれあう中で、多くのことを学び感じてきたようで、いろいろと心に響く言葉が飛び交いました。地域の方々の熱い思いを医学生の口から間接的に聞くことで、講座にとっても励みになりました。

第3回地域包括ケア実習指導者講習会を開催しました。

５～６年生対象の必修４週間クリニカルクラークシップⅡ「地域包括ケア実習」が2018年10月末に開始されて半年が経過しました。折り返し地点にあたる３月９日（土）に「第３回地域包括ケア実習指導者講習会」を開催し、県内各地から約50名の指導者の方々にご参加いただきました。まず、当講座から地域包括ケア実習開始からの振り返り、続いて、医学生３名からの発表や受け入れ側（指導医、実習仕掛け人、多職種）からの発表、講座指導医からの「地域包括ケア実習のハウツー」の説明などを行いました。その後、グループディスカッションにて、今までとこれからの実習について話し合っていただきました。参加いただいた皆様からのご意見をもとに、特に改善点については４月から再開される実習後半に反映させていきたいと思います。今後も県内各地で医学生がお世話になりますが、よりよい地域包括ケア実習の実施のため、皆様のご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

講座のイベント情報

●みやざき総合診療スプリングセミナー
　4/13（土）13:30～　場所：まちなかキャンパス
●妻湯プロジェクト・ごちゃまぜ遠足＆成果報告会
　5/12（日）　場所：西都市
●FMIG特別講演会
　5/20（月）　場所：宮崎大学

※詳細はホームページやFacebookに順次アップします。

宮崎大学　医学部　地域医療・総合診療医学講座
〒889-1692　宮崎県宮崎市清武町木原5200　TEL:0985-85-9809　FAX:0985-85-9805
E-Mail：chiikiiryo@med.miyazaki-u.ac.jp　URL　http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/community-medicine/