

## 今月のよっしー

新型コロナの影響でオンライン、リモート型の生活を、教育を余儀なくされていますが、いかがお過ごしでしょうか？しかし「学びを止めるな！」の精神で、工夫を凝らしながらいろいろと試行錯誤をしています。とくにみなさまにお世話になる予定であった地域包括ケア実習（6年生）、地域医療実習（5年生）ではバーチャルなシナリオを用意して毎日Google classroomとGoogle Meetを活用して学びを提供しています。思いの外、5-6年合同の時間もあつたり、生徒の表情や個別の変化成長を見ることができています。現地のみなさんに電話でインタビューも試みで行いました。ありがとうございます。ピンチはチャンスでいきましょう。



教授 吉村 学

## 連載企画

## 臨床実習病院・診療所紹介 「宮崎県済生会日向病院」

社会福祉法人恩賜財団 済生会支部 宮崎県済生会日向病院 内科 高石 真那斗 先生

当院は日向・門川地域唯一の公的病院として、急性期から、回復期、慢性期に至るまでの幅広いステージの医療を担っています。

地域包括ケア実習では、地域医療の幅広い内容を経験していただきますが、その中でもメインとなるのが、私が担当している「訪問診療」です。当



院は、在宅医療に関する実績が多い病院に与えられる「在宅療養支援病院1」の施設認定をうけており、同認定をうけているのは宮崎県内では当院を含め3病院のみです。通院が困難な多くの方々の在宅療養を支えるとともに、悪性腫瘍の末期や老衰で最期を迎える方々の在宅看取りも積極的に行っています。地域医療、訪問診療、在宅医療に少しでも興味がある皆さんのお越しをお待ちしています。

PC論文  
レビュー

## 「血圧の薬は寝る前に飲むと心血管イベント減らす」

Bedtime hypertension treatment improves cardiovascular risk reduction: the Hygia Chronotherapy Trial. Eur Heart J. 2019 Oct 22. pii: ehz754.

## ＜論文のPECOと結果＞

Patient：19,084人の高血圧患者（男性10,614人、平均60.5歳）

Exposure：1剤以上の降圧剤を寝る前に服用

Comparison：すべての降圧剤を朝起きに服用

Outcome：心血管イベント（心血管死＋心筋梗塞＋冠動脈再建術＋心不全＋脳卒中の複合アウトカム）

6.3年間（中央値）追跡で、心血管イベントは寝る前に服用した群で45%有意に低かった（NNT 20（20人眠前投与に変えると1人のイベントを防げる））。全死亡も45%有意に低かった。一方、副作用やアドヒアランスに有意差はなかった。

＜コメント＞以前から早朝や夜間高血圧は心血管イベントのリスクとされてきましたが、近年は降圧剤の眠前投与の有効性を示す論文が複数出てきています。薬の飲み合わせや生活習慣など多くの要因が絡むため、個別の患者さんに適用可能かは主治医と相談が必要ですが、一番良いのはコストがかからないことです。24時間血圧測定検査をすると、眠前内服が望ましいタイプなのか、より分かるかもしれません。

## 講義「地域医療学」を開催しました。

4月9日（木）は医学科2年生を対象とした今年度初の地域医療学の講義でした。新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、本学もオンライン（録画）講義が導入されており、この講義時間はビデオ収録を行いました。学生は後日自宅で講義を視聴し、課題を提出することになります。

今回の講師はにちなんファミリークリニックの飛松正樹院長先生で、「地域医療とプロフェッショナリズム」と題した講義でした。医師としてのプロフェッショナルを考えることを目的とした講義で、今後医師となった時にジレンマを感じる様々なシーンでどう対応するかを考える内容となっていました。

直前に収録講義に切り替わった上に、学生からの直接的な反応がない難しさの中での講義で飛松先生にはご迷惑をお掛けしましたが、飛松先生には毎年素晴らしい講義をしていただいております。ありがとうございます。

学生の事後アンケートには「医療のプロフェッショナルとして大切なことは何か、改めて考える講義となった」、「より未来の自分への意志が強まり、プロフェッショナルになりたいという気持ちが強まった」、「シナリオが提示され、その場で考えることができたので集中して授業に取り組むことができた」、「とても心に響いた」などの感想が多くありました。

この録画スタイルでの講義は5月後半まで延長されていますが、一日も早く終息し、これまでのような対面での講義が再開されることを祈っています。



▲飛松先生の講義収録の様子

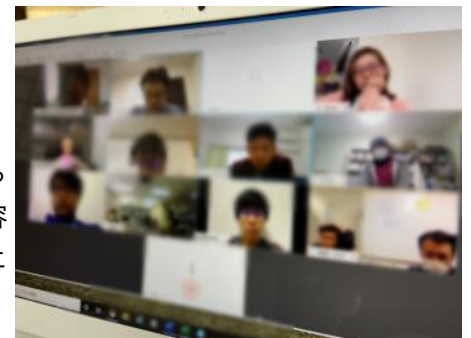
## 「みやざき総合診療スプリングセミナー」を開催しました。

4月25日（土）にスプリングセミナーを開催しました。例年、対面でのセミナー開催としていますが、今年は新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から初めてオンライン（Web）で開催しました。医学生2名の他、初期研修医や専攻医、指導医など総勢21名に参加いただきました。

5名の先生方から研修サバイバル術、臨床推論、カルテの記載や思考の型、ポートフォリオと実際の臨床の解説、総合診療プログラムなどのレクチャーをいただきました。

- ①枝元真人先生「総合診療専攻1年目を終えて 初期研修医・後期研修医に伝えたいこと」
- ②早川学先生「アセスメント力を鍛えよう！」
- ③梶田一旭先生「日々の実践の振り返り 省察的实践家になろう」
- ④川野綾子先生「へき地での医療について」
- ⑤桐ヶ谷大淳先生「今こそ総合診療!!」

最後に参加者全員による全体ディスカッションを行いました。参加者からは「総合診療の総論から日々の診療に活かせるtipsまでとても勉強になる内容だった」、「先生方から刺激を受けて臨床医としての将来像がより鮮明になったので、有意義な時間となった」等の感想をいただきました。今後取り扱ってほしいテーマへのご意見もいただきましたので、今後の企画に反映させていきたいと思っております。



▲最後の全体ディスカッションの様子

## 「みやざき総合診療(仮称)第1回オンライン合同学習会」を開催します。

5月30日（土）、オンラインにてみやざき総合診療（仮称）第1回オンライン合同学習会を開催します。困った症例、悩んだ症例、失敗した症例、現在進行形の症例などのモヤモヤ症例を研修医がプレゼンし、指導医や研修医から多角的な意見・視点をもらえる内容です。医学生、研修医、興味のある先生、指導医の先生方もぜひご参加ください。詳細は当講座のホームページまたはFacebookをご覧ください。お申し込み、お待ちしております！！

### 講座のイベント情報

- オンライン合同学習会

5/30(土) 14:00～ 場所：Web開催

※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 : [chiikiiry@med.miyazaki-u.ac.jp](mailto:chiikiiry@med.miyazaki-u.ac.jp) URL <http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/community-medicine/>

