

マルホ皮膚科セミナー

2014年1月23日放送

「第112回日本皮膚科学会総会⑪ 教育講演 47-3

“すべて意のまま”を満喫するために」

湘南皮膚科
院長 栗原 誠一

オーガナイザーの種田明生先生より、開業医だから出来ること、との仮題を頂戴してしばし考えました。わたくしは大学を卒業して皮膚科学教室にはいった時から、開業すれば、一般診療だけでなく、往診などの地域医療もできる、はやく力をつけて開業したいと思っていました。大学と基幹病院で15年間の勤務を経て、待望の開業医となり、幸いにもその生活を存分に楽しんでいます。この講演は日皮の教育講演ですので、これから開業しようという若い先生方を念頭に、アドバイスと楽しみ方をお伝えしようと思います。

Introduction

開業医はすべてを意のままに設計することが許されています(図1)。人や物、時間さえも好みに合わせることが出来ますが、生活を楽しめるのは自信と誇りを持って診療している自分があるからこそです。大学や病院のような看板もなく、地域で信頼されて精神的・経済的にゆとりを持つためには、他科の医師を圧倒する皮膚科の素養と診療技術が欠かせません。また、開業医は診療から日常生活に至るまですべてを自分で決めて、管理しなければなりません。先輩のきびしい目もなく、同僚からのアドバイスも減り、皮膚科の診療まで、井の中の蛙、独善に陥りかねず、いわゆるガラパゴス化を防ぐ工夫が必要です。

「開業医だから出来ること」

- 1)すべてを自分のコンセプトどおりに設計できる
どんなスタンスをとってアドレスするか
- 2)大学や病院、専門科に縛られずに、
自由に思い通りの連携を図ることができる

満喫するための下準備

初めに、意のままに満喫するための下準備について考えてみましょう。4つのポイントを思いつきます。

1) 第1番目に、若い諸君には“専門医資格をとったら開業”ではなく、もうひと踏ん張り足元を固めてから開業することを勧めます。病名をつけるだけでなく、きちんと治すためには、専門医として働いた数年の経験が将来の数十年間の支えになることと思います。

2) 次に、開業当初から定期的に大学や病院に出入りするスケジュールを組みましょう。軌道に乗ってからなどとさぼっている間に、知識も行動も固まってしまう。診療を担当したりカンファレンスに参加して議論に加わることは“皮膚科力”をアップデートし続ける刺激になります。

3) 3番目には、できるだけ早い時期から、先輩でも後輩でも、とにかくパートを雇うことです。一人でやっていると避けられない、思い込みや誤診を防ぐには自分以外の皮膚科医の目が役立ちます。

4) そして4つ目に、気のあった仲間と共同作業をする機会を大切にしましょう。サーベイランスや臨床調査・研究などの企画に開業まえから参加しておけば、開業後は楽しみながら見識を広めることができます。

開業医を楽しむための方策

さて、待望の開業医生活をどうやって楽しみましょう。2つに分けて考えます。

1) まずは、「地域で自分の診療がやりやすくなるように環境整備をする」「他科の医師やコメディカル・地域住民に皮膚科の存在感を示すこと」、これらは実利を兼ねた大切な活動です。医師会や行政、学校、地域の集まりなどを利用して、たとえば褥瘡やアトピー性皮膚炎を題材に皮膚科医が居ることの有り難さを見せつければ、皮膚病の患者は皮膚科を受診するようになりますし、自分の診療所の宣伝にもなるのです。具体的な方法としては、

私は往診や療養者医療が好きですので、医師会や企業の力を借りて、コメディカルを含めた勉強会・講演会を定期的で開催しています。

「知っていないと恥ずかしい褥瘡の話」なんという刺激的なタイトルで開催した時は大好評でした(図2)。皮膚のことは皮膚科のDrに診てもらった方が良いという意識を植えつけておくと、参加したナースやヘルパーさんに勧められた患者さんが講演会翌日に来院して驚くこともあります。

在宅や療養者医療で皮膚科の存在意義を示すには、コメディカルを含めた勉強会・講演会を定期的で開催して「皮膚のことは皮膚科のDrに診てもらった方が良い」という意識を植えつける。



図 2

また、他科の医師との連携も役立ちます。患者さんは地域内でワンダリングしており、同じ疾患でも診療科ごとに診かたがちがいます。境界領域や他科でも診察する疾患や病態

を手がかりにして、コラボの勉強会などで顔を合わせれば互いを知り合い、認識を新たに
する機会ができます。そこで皮膚科医の“眼の力”を披露することもできるでしょう。

歯科医師会と一緒に金属アレルギーの勉強会を開催してからは、歯科から口腔内の診察
や金属アレルギーの検索を頼まれるようになりましたし、薬剤師会と一緒に外用薬の使い
方や処方の方を学んだり、ジェネリック医薬品の調査などをして薬剤師の目を高めてお
くことも有意義です。薬を買いに行ったのに、皮膚科を受診するよう町の薬局に勧められ
たと言って来院する患者さんも稀ではありません。

2) もう一つの楽しみは「アカデミックな雰囲気、共同作業を楽しむ」ことです。

日常診療でのちょっとした
興味や自分一人では解けない
臨床的な疑問を、仲間と一緒に
調査研究するのはストレス解
消にもなります。もし、会がな
ければ仲間を募ってプロジェ
クトを企画しましょう。皮膚科
医同士の、ほど良い緊張感の中
で情報交換や親睦を兼ねなが
ら臨床データを作る楽しみは
格別です。

表1に、これまでの臨床研究
と現在も継続中の活動を列挙
しました。幾つかを紹介します。

2008年から2009年にかけて、
山田裕道先生を中心にした神
奈川県皮膚科医会の仲間で「足
の健康チェック」調査をしまし
た(図3)。足も皮膚科医が診
るんだ、という啓発活動を兼ね
た臨床調査でしたが、足チェッ
クを希望した有病者の内の
39%に、本人が気付いていなか
った足の皮膚病が発見されま
した。興味深いデータでしたの
で、2010年に開催された第26
回日本臨床皮膚科医会臨床学術大会のセミナーで報告し、雑誌皮膚病診療にも掲載してい
ただきました。

自主研究、他科・他職種との連携 一覧		
		平塚 勉強会 平塚 共同作業
2000年～継続中 2003年～継続中	他職種との勉強会 感染症サーベイ・定点観測	「褥瘡」「フットケア」 神奈川県皮膚科医会感染症サーベイランス(向井、米元、高須)
1999年	アンケート	「軟膏」(栗原)
2001年	臨床調査	「抗アレルギー薬の使われ方」(東海大、小瀧)
2004年	歯科医師会との勉強会	「皮膚と金属アレルギー」
2005年	臨床調査	「タバコと皮膚」(原)
2006年	アンケート	「NSAIDs外用薬」(杉田)
2007年	アンケート	「疥癬とイベルメクチン」(高須)
2007年	平塚薬剤師会との 共同アンケート・発表	「軟膏の処方・外用指導」(栗原、小島、比嘉ほか)
2009年	アンケート	「軟膏」(浅井)
2008～9年	臨床研究	「抗真菌薬の内服と外用」(畑)
2008～9年	臨床調査	「足の健康チェック」(山田)
2011年	アンケート	「イボ診療の現状」(米元)
2012年	平塚薬剤師会との 共同アンケート・発表	「皮膚科領域の後発医薬品」(小島、栗原)
2013年	小児科部会と合同勉強会	「アトピー性皮膚炎」

表 1

足の健康チェック 2008～9年(山田裕道)

「足も皮膚科医が診る」
啓発活動を兼ねた臨床調査

あなたの足は大丈夫?

あなたの足が、「健康状態」や「病気を」語りかけています。

当院では「足の健康チェック」を行っております。ご希望の方は受付にお申し出ください。

神奈川県皮膚科医会

図 3

ほぼ同じ時期におこなった、畑 康樹先生を中心とした学問的な臨床研究も興味深い結果が得られました。爪白癬の抗真菌薬内服治療に際して外用薬併用の有用性があるか否か。対象を4群に分けた、とても面倒な研究でした。結果は、予想に反して、外用薬を併用した群としなかった群で治療成績に有意な差を認めませんでした。あしかけ3年間、患者さんには感謝され充実した企画でした。10年以上続いている共同作業のひとつに神奈川県皮膚科医会がおこなっている感染症サーベイランス・定点観測があります。向井秀樹先生が始め、米元康蔵先生、高須 博先生と引き継がれ、夏と冬に各1週間の対象疾患全例調査をします。その流れから2011年に手足の尋常性いぼに対するアンケート調査がありました。液体窒素凍結療法とヨクイニン内服、ビタミンD3外用がトップスリーの治療法は予想どおりでしたが、使用した綿棒を破棄しない施設、液体窒素を使い回す施設が多いことに驚きました。さらに日ごろ感じている通り、いぼがうつった皮膚科医が67%もいたことは驚きでした(図4)。



図4

ガラパゴス化を防ぐ工夫

世界自然遺産ガラパゴス諸島は全体として隔絶された地域であり、興味深いのは各島が独立した生態系を有していることです。島ごとに閉鎖された環境の中で進化を遂げているのです。島ごとに甲羅の形が異なるゾウガメ、ダーウィンが進化論を思いついたという小鳥たち、色鮮やかな数多くの海鳥、そして2種類のイグアナ。昨年この地を旅して、閉鎖社会が外来のストレスにいかにか弱い、そこで生きて行くことの苦労を実感しました。陸イグアナも島ごとに頭の形や色が違っているのですが、生きて行くための行動は同じです。樹木のように大きく育ったウチワサボテンの根元で、餌となる実や葉が落ちてくるのを何時間でもじっと待っているのです。それでも、陸上の餌にありつけず、海に潜らざるを得なかったイグアナよりはましだそうです。

開業医は普通の診療をしていればそこそこの収入を得られますが、閉じこもったガラパゴスイグアナ(図5)の



遅れて島に流れ着いたイグアナには陸上の餌が無海に入って海イグアナになった。

陸イグアナは、サボテンの実が落ちてくるのを何時間でもじっと待っている。

図5

ような生活は避けたいと思います。開業医の毎日は、積極的に楽しむ努力をしないと退屈です。自分のため皮膚科のため、腰をすえて、すべてを意のままに楽しもうじゃありませんか。