

# 臨床研修修了にあたって

## 臨床研修医修了にあたって

総合臨床研修センター 橋本 亜樹



歯学部ニュースは学部生の時から毎回楽しみにしており、新しい物が配布されるとまずは一通り顔写真を眺め、そして知っている先生方や先輩方を発見するとそこを中心に全体に目を通

していましたが、まさか自分がここに載るとは思ってもいませんでした。今回は臨床研修（歯科研修医）修了にあたって、この一年間を振り返りながら現在の感想や反省を記させていただきます。

国家試験の発表があってからわずか数日後、歯学部講堂にてオリエンテーションがあり、初めてその後一年間を共にする研修医のメンバーと顔を合わせました。それまでの6年間はずっと同じ面子で過ごしてきたので他大学生との出会いが新鮮に感じられ、とても緊張や興奮をしたことを今でも覚えています。

4月は各種オリエンテーションと相互実習を行い、5月から二人一組のペアにて指導医の先生方のもと、総合診療室での臨床研修が始まりました。研修を始めるまでは期待に胸を膨らませていましたが、いざ始まってみると自分の不甲斐なさに肩を落とす毎日でした。何をやるにもおっかなびっくりで手際が悪く、必要以上に時間がかかってしまうのです。特に総診での診療時間は基本的に一回の診療につき一時間半ですが、二時間・三時間とかかってしまうことも少なくありませんでした。今思うとその一番の原因は「診療に対する準備の甘さ」だと思います。その日に使う器具や診療手順の確認はもちろん、具体的に何時までにどこまで診療を進めるか、そのためには事前にどん

な準備（形成練習など）が必要か、思い通りに進まなかったらどこで切り上げるべきか、カルテはどうか、次回の予約はいつとるかなど、これくらいは予め考えておかなければ経験の無い研修医では診療を短時間で終わらせることは難しいのです。これらの事に気付いてからは、可能な限り短時間にて診療を行えたのではないかと思います。

総診ではただ単に歯科治療を行うだけではなく、受付や技工係、予診係、看護師支援係、総合案内といった役割が日替わりで定められていました。係をこなしている際には気がつきませんが、これらの係を通してこれから社会人として働いていくうえで必要な言葉遣いや接遇、また病院内の事務的な流れなどを学ぶことが出来ました。技工係では指導医の先生方や自分たちより2、3年先輩の先生方の診療アシストにつくことができ、先輩方の診療を見ているだけで教科書を読むよりもはるかに多くのことを学べ、また自分も同じように診療が出来るようになりたいと目標にしていました。時には任されたTek調整のTekがはずれなくなってしまうなどとても迷惑をおかけしてしまいましたが、今では苦くも良い思い出です。

総診以外の場所でも病棟、摂食・嚥下リハ室、顎関節治療部にて研修を行いました。そこでは普段、総診では経験することができないような全身疾患を持った方や高齢者への治療やケアの仕方を学ぶとともに、これからやってくる超高齢者社会の中で自分が出来ることは何かを考える良い機会となりました。また本来なら柏崎保健所での研修も予定されておりましたが、中越沖地震（2007.7.16）の影響で中止となってしまい非常に残念です。

さてここまでこの一年間を振り返ってみて、幹事を務めさせていただいたこともあり非常に忙しくて目が回りそうな時もありましたが、何事にも変えがたい様々な貴重な経験を積むことができま

した。また素晴らしい指導医の先生方や仲間、ペアにも恵まれ、非常に充実した研修医生活を送れたと感じています。今後はこの一年間で得たことを糧に、常に初心を忘れず、しっかりとプロ意識を持って価値のある歯科医師人生を送っていきたいです。

最後にこの一年間支えてくださった皆様、本当にありがとうございました。

## 研修終了にあたって

総合臨床研修センター 湯田 亜希子



3月に国家試験に合格し喜びに浸っていたのも束の間、あっという間に臨床研修が始まりました。私の場合は、前半は大学の外の歯科医院、後半は加齢歯科診療室というコースを選択しました。

5月、歯科医院での研修が始まりました。知り合いもない、見ず知らずの土地でやっていけるのかすごく不安でしたが、誰でもない自分が選択した進路だったので、あらゆることに出来る限りの努力をしてみよう、せっかくだから楽しんでこようと密かに決意しました。実際、歯科医院での生活が始まってみると、院長を始めスタッフの方々にあたたかく迎えてもらえて本当にありがたく思いました。最初の頃は、慣れない環境というものもあって、患者様と接するにも緊張と不安から手が震えていました。また、大学とは異なる診療ペースにも戸惑い、診療にも時間がかかってしまいました。小さなことから大きなことまで様々な失敗をし、院長やスタッフの方々には多大な迷惑をかけてしまいましたが、優しく時には厳しく、根気強くご指導を頂いて心から感謝しています。

また、グループホーム往診や多くの勉強会や研修会に参加できたことも大変有意義でした。柏市は介護予防に対する歯科の介入が進んでおり、新しい取り組みを目の当たりにし、多くの刺激を受けました。その中で、自分自身も将来やってみ

たい、関わっていきたいと思えることに会うことができたのは幸せだったと思います。

さらに休診日を利用して、数年前から興味があったかづきれいこ先生のリハビリメイクも中級まで履修することができました。盛り沢山で充実した5ヶ月間を過ごすことができました。

10月になって、加齢歯科診療室に配属となり、摂食・嚥下リハ室での研修が始まりました。障害を持っている方や入院されている方に対して、口腔ケア、摂食嚥下リハビリ、歯科治療を中心に行うのですが、最初は患者様それぞれの状態や動作のどこに注意を向けてよいのかわかりませんでした。指導医にご指導を頂きながら、至らない部分が多いながらも患者様と向き合っていく中で、患者様からとても多くのことを学ばせて頂きました。咀嚼という観点に限らず、嚥下という一連の動作を考察することで、ご飯が食べられる（飲み込める）ということの大切さ、喜びを改めて実感し、歯科医師がその評価や訓練の一端を担い患者様に貢献できるという喜び、難しさを経験させてもらいました。

ドライマウス、味覚障害外来での研修では、口の渴きや味を感じにくくなるのがどれだけ患者様のQOL低下につながるのかということを考えさせられました。また、そのような症状を訴えられる患者様の歯科治療に際してどこに注意を払うかということ、患者様の話を傾聴する姿勢の大切さを指導医に教えて頂きました。

この一年は、今までの知識、新たに勉強したこと、先生から教えて頂いたこと、患者様とお話したこと、全て無駄になったものはありませんでした。患者様の存在が励みにもなりました。

これから歯科医師を続けていくにあたって、知識を貪欲に学び、技術を自分なりに学びほぐしていくことはもちろん、当然なのかもしれませんが、患者様の気持ちを思いやることを忘れずにいたいと思います。

最後に、この一年は至らないことも多くあり、先生方、同期の研修医、衛生士さん、看護師さんなど多くの方々に支えられました。大変恵まれた環境で研修できたことを感謝します。ありがとうございました。