

医学生・若手医師のための 第2回心身医学合同セミナー

会 期：2017年3月25日(土)・26日(日)
会 場：関西医科大学枚方学舎4階中会議室

医学生・若手医師のための第2回心身医学合同セミナーを開催して

松田能宣*1／蓮尾英明*2／松岡弘道*3／町田知美*4

*1国立病院機構近畿中央胸部疾患センター心療内科

*2関西医科大学心療内科学講座

*3近畿大学医学部内科学心療内科部門

*4東北大学病院心療内科

2017年3月25日(土)、26日(日)の2日間、関西医科大学枚方学舎にて、医学生・若手医師のための第2回心身医学合同セミナーを、日本心身医学会若手ワーキンググループの企画・運営(日本心身医学会主催)で開催したので報告する。このセミナーは医学生・若手医師を主たる対象に心身医学の啓発・均てん化と、心身医学をともに実践してくれる医師の発掘を目的に2016年から開催している。開催数カ月前からワーキンググループメンバーが全国で熱心に広報を行い、今回は医学生19名、初期研修医11名、医師10名、計40名に参加してもらうことができた。また、心身医学を実践している全国の大学および病院から計29名の先生方がボランティアとして集まった。

当日のプログラムの概要について紹介する。1日目は最初に東京大学の吉内一浩先生から心療内科の専門医制度の進捗状況を含めた心身医学の概論についてのお話をいただいた。続いて聖路加国際病院の山田宇以先生から病態仮説の組み立て方について、複数のモデルを紹介しながらわかりやすくご説明いただいた。その後、関西医科大学の水野泰行先生から消化器心身症の見立てを慢性疼痛とも絡めて紹介いただいた。グループワークでは機能性ディスぺシア(心身症)の症例を取り上げ、近畿大学の酒井清裕先生から事例提

示をしていただいた。参加者は病態仮説を作る、治療方針を決定するという2つのテーマについて取り組み、発表を行った。各グループとも患者さんの病態をしっかりとらえた病態仮説とアプローチを構築できていた。1日目終了後には参加者を交えた懇親会が開かれ、ファシリテーターからは参加者に対して心身医学の魅力が大いに語られた。

2日目には九州大学の波彦伴和先生から、明日から使える基本的な心身医学アプローチとして主に共感についてお話しいただいた。2日目のグループワークでは緊張型頭痛の症例を取り上げ、東邦大学の都田 淳先生から事例提示をしていただいた。2日目ということもあり、グループワークは非常に盛り上がり、病態仮説、治療方針と合わせた発表も心身医学を専門とするわれわれが驚くほどの内容であった。2日間を通して、いずれの講義、事例検討とも心身医学の初学者である参加者が理解することができ、なおかつ心身医学の魅力が伝わるすばらしいプレゼンテーションであった。

参加者からは「非常に勉強になった」、「心療内科が何をしているかよくわかった」、「見学に行きたい」といったポジティブなコメントが多く聞かれた。また、約半数の参加者から日本心身医学会若手ワーキンググループのメーリングリストへの登録希望があった。セ



参加者集合写真

Table 1 セミナー参加者アンケート結果 (抜粋)

質問	結果
自分が期待していたものと一致していましたか？	一致していた：94%
今後、他の医療者にも研修会への参加を勧めたいですか？	勧めたい：100%
心身医学会に入会してみようと思いませんか？	入会してみようと思う：51%

n=36

セミナー終了後に行った参加者のアンケート結果の一部を紹介する (Table 1)。アンケート結果からは本セミナーが非常に好評であったことがうかがえる。

全国に心療内科学講座が数カ所しか存在しない現状を考えると、医学生・若手医師に心身医学を発信できる場は決して多くはない。本セミナーはその役割を担う数少ない機会であると考え、そして、将来、本セミナーの参加者の中からまた次の世代の医学生・若手医師に心身医学の魅力を語ってくれる仲間が出てくることを期待したい。また、心身医学を広め、仲間を増

やしたいという同じ目的をもって全国から集まったわれわれファシリテーターも、仲間や参加者から大きなモチベーションをもらうことができた。心身医学を実践するわれわれの絆を深めるという意味でも本セミナーが果たす役割は大きいと考える。

最後に会場を提供して下さった関西医科大学心療内科学講座の福永幹彦先生をはじめとする諸先生方、若手ワーキンググループをサポートいただいた東京大学吉内一浩先生、本セミナーをサポートいただいた日本心身医学会に深く感謝申し上げます。

医学生・若手医師のための第2回心身医学合同セミナーに参加して

市来陽子*

*聖路加国際病院初期研修医

3月25～26日、上記セミナーに参加させていただきましたのでご報告いたします。

受講生は医学生や研修医、他の専門科の医師と多様な40人。講師は全国各地からボランティアで集まってく下さった心療内科の先生方総勢29人です。

講義では「心療内科とは」という基礎を知ることから始まり、「病態仮説を立てる」つまり患者さんの中で起きている心身相関・心理社会的要因の影響・相互作用を理解する重要性、そしてその病態仮説を患者さん

に「伝える」必要性を学びました。“明日から使えるアプローチ”と題して講義されたのは、心療内科のすべての根底に流れているともいえる「共感」でした。医療以外でも使われる「共感」を技術として活用する専門性について知り、またその際にまず“感じている自分に注意を向けよ”というお話から、治療者自身が患者さんとのやり取りや治療効果に反映する感覚を少しつかむことができました。

各講義の後にはそれぞれ症例検討のグループワーク

がありました。発表は3回にわたって行われたのですが、初めは教わった型通りだったものが、回を追うごとにそれぞれのグループでの議論が伝わりやすい、より個性的な形に変わっていったのが印象的でした。また、一つの症例について大勢で病態仮説を模索し多方面からの解決策が導き出される時間を皆さんと共有できたことは、私にとって喜びでした。同じ診断名や症状でも、患者さんの抱える背景や人と人とのかかわりの中でさまざまな病態仮説が生まれうる、心療内科の

全人的医療を体験できた気がします。

本セミナーで先生方が私たちに伝えてくださったことの多くは、心療内科の魅力そのものでありながら、医療全体に通用するのではないのでしょうか。心療内科医はそれらを探究し続け、非専門医にもそのスキルをシェアする使命をも担っているのだと思います。今回の学びを大切に持ち帰り、明日からの私たちの診療の糧としていきます。ありがとうございました。