

# マルメ大学研修報告書



広島大学医学部医学科 4年

水野 稜也

## はじめに

2月28日～3月10日の約10日間で、スウェーデンのマルメ大学で研修に参加する機会をいただきました。今回、医学科が初めて参加するということで緊張もありましたが、大変有意義な研修となりました。自分自身が本研修を振り返るという意味もこめて、報告書をかかせていただきます。

### 【1日目】

この日は、広島空港から羽田空港へ行き、成田空港で翌日スウェーデンに出発するための移動日でした。ここで同じ研修に参加する学生同士が顔を合わせました。夜にはもんじゃ焼きを食べ、これからの研修に向けて仲を深めていきました。

### 【2日目】

成田空港からコペンハーゲン空港に飛ぶはずが、ストのため急遽航空会社の変更になるというトラブルがありました。また、移動もパリを経由してコペンハーゲンに向かうということになりました。無事にコペンハーゲンについたものの、この変更のせいか、次はスーツケースが現地に届かないというトラブルがありました。この日は飛行機での疲れや翌日からの研修もあったので、ホテルに着いて早くに寝ました。

### 【3日目】

この日から、本格的な研修が始まります。この日のプログラムは

①Introduction to Malmo University & the Faculty of Health and Society

②Welcome Greeting

③Study visit Orthopedic clinic

でした。

①では、Anna先生からマルメ大学のグッズを頂き、マルメ大学の歴史やどのような大学かを学びました。

②では、こちらが質問し先生が答えてくれるという形式でした。初日ということもあり、なかなか質問するのが難しかったのですが、「病院が少なく、登録制であるとセカンドオピニオンの機会が少ないと思うのですが、それはどう思いますか」という質問をしたところ「病院が少なくてもプライマリケアがしっかりしており、そのお陰で病院で患者さんもしっかりと時間を取って診てもらえるので、患者さんが信頼しているのでセカンドオピニオンの考えは薄い」とのことでした。この「信頼」というのがスウェーデンの医療ではキーワード

になっていると思いました。

③では整形のクリニックを訪問しました。このクリニックでは一人の患者につき1時間かけて診察し、評価していました（このクリニックの前にプライマリDr等からの紹介を受けているため、人数が少ないこともあるが）。ここまです、時間をとれるのは国営のクリニックであるため患者の利益を優先できるからです。このような体制であるから、先ほどの患者に信頼してもらいやすい環境ができているのだと思いました。日本のような自由競争の医療では実現は難しいと感じました。

この日の夜は少しマルメの街をぶらついた後、研修の参加者で決起会を行いました。ヨーロッパのお酒は美味しかったです。

#### 【4日目】

この日のプログラムは、

①Public Health in Sweden

②Study visit at the University Hospital educational ward

でした。

①では医療費の患者負担が1,800SEK/年までで後の超過分は国が支払ってくれるということや、救急者のたらいまわしが無いということを知りました。やはり病院が国営というのが患者の利益優先の大きな理由となっているように感じました。

②では、医学生の実習の様子を見学することができました。



上の左の写真のように、シミュレーター（人形）を用いて実習を行っていました。この実習では学生がそれぞれに役割を割り当てられ、実際の医療現場でどのように治療を行うかを練習していました。上の右の写真の人がシナリオに沿ってロボットを操縦していました（心音や、患者の声も再現していました。演技力がすごかったです）。また、この操縦する人は普段は医師／看護師として仕事をしているそうです。今回、見学したグループは医学生のみ、看護師のみのグループの2つでしたが、カリキュラムが進むと医学科、看護、PT, OT

の混合グループで同様の実習を行うようです。この実習の見学の後は、学部生多職種連携教育専用病棟（KUA）を訪問しました。KUAでは学生が本物の患者の治療計画を立て、実際に治療を行う場所です。ここでは、学生チームが互いにコミュニケーションをとりながら実習を行っていました。学生が患者を診ることについて、KUAは教育病院なので学生が診ることが前提になっており、患者は断れないのだが患者の方も学生は自分の話を一生懸命聞いてくれるので意外と好評のようでした。このような、学生の教育は日本では見たことがないと思い、大変面白かったです。この日は主にチーム医療について学びました。学生の頃から、ここまで他の職種と同じ実習を受けるのは良いと思いました。

この日の授業の後は一人でマルメの街を観光しました。表紙のツイストタワーと海はその時に撮ったものです。

### 【5日目】

この日のプログラムは、

- ①Elderly Care in Sweden
- ②Clinical supervision in theory and practice
- ③Study visit Elderly home

でした。

①ではスウェーデンの老人介護の実情や考え方等を教わりました。特に、患者さんのことをしっかりと知ることの大切さを学びました。その人がどんな人生を歩んできたのかという life story を知ること、その人を知り、その人らしい生活を送れるようにケアする person-centered care が実現することができるのです。

②では医療従事者が仕事の中で抱える苦しみを軽減し、燃え尽き症候群から守るための Clinical Supervision という考え方を学び、実際に経験しました。下はその時の写真です。



方法としては、一人の人が全員の注目を浴びながら自身の抱えている苦しみを出来る限り詳細に話します。それを聞いた他の参加者はより詳しく聞きたいことがあれば質問をします。質問が終われば悩みを話した人は一切喋らず、悩みを聞いた人たちがそれぞれの人が、その問題に対してどのように考え、感じ、自分ならどうするかを話します。このようにして自身の抱える悩みに共感してもらい、苦しみを軽減するのである。この時に大切なのはグループの選び方は自由であるが、本音を話すためにそのグループに上司を含めないということが大切である。実際にやってみて自分の悩みを他の人と共有できるのは少し気持ちが楽になると思ったし、話を聞いた人全員がそれぞれの考え方を話してくれるので一人では気付けなかったことにも気付きやすいのではと感じました。

③ではスウェーデンの老人ホームを訪問しました。今回、訪れた老人ホームでは 60 人の収容に対して 67 人のスタッフがいるというように、老人よりもそれをケアするスタッフの方が多く、驚きました。ここで聞いた “born not alone, why die alone” という言葉が印象に残りました。死ぬときは絶対に一人では死なせないという考え方で自分の担当している人が死にそうな時は自分がトイレに行きたい時は代わりの人に少しみてもらって本当に一人になる瞬間を作らないそうです。その考えがあるから、収容されている老人よりもスタッフの方が多いということにも納得がきました。このように、自分が最後死ぬ時に必ず誰かが近くにいる環境があるのは良いなあと感じました。

この日の夜は Dr Anna Carlson の家で先生の手料理をごちそうになりました。ワインとの相性もよく非常に美味しかったです。

## 【6 日目】

この日のプログラムは、

### ① Building bridges between Academy and HealthCare



## ②Palliative care

## ③Development of the Swedish welfare state

でした。

①では、今までの内容を復習するといった感じの授業であった。日本とスウェーデンはやはり色々と異なる点が多いと感じました。例えば、日本では病院が数多く存在しているが、スウェーデンでは非常に数が少なかったり、国家試験ではスウェーデンでは実技の試験が存在している等です。どちらが絶対に良いということはないと思うのですが、世界と日本には違いがあると認識しておくことは大切だと思いました。

②では、基本的な緩和ケアの概念を学びました。緩和ケアでは、その名の通り病気を治すのではなく緩和することが目的である。延命をしたり、逆に早めたりもせず通常の過程で死に向かわせていくのである。また、緩和するものも身体的な苦痛だけでなく、精神的、社会的な苦痛の側面も緩和することが大切なのであるということを知りました。

③では、スウェーデンの福祉について多くのデータを見せてもらいながらの授業を受けました。特に印象に残っているのは **GINI-Koefficient** というその国の中での貧富の格差を 0~1 で表した数値です。これによると、もちろん人口の差など様々な要因はあるかもしれませんが、スウェーデンに比べて日本は貧富の格差が広がっているとのことでした。また、この授業ではスウェーデンの移民に対する考え方を聞くこともできました。スウェーデンは過去に移民として受け入れてもらった過去があることから、損得勘定ではなく移民を受け入れることを義務と考えているようです。このような、世界の国に対して自国が何らかの義務を持っていると考えているのは純粋に凄いなと思いました。

この日の夜は **Dr Anna Carlson** にチーズ屋さんに来てもらい、スウェーデンの伝統的なチーズを購入しました。そして、その後は近くのレストランでスウェーデンの伝統料理をごちそうになりました。



## 【7日目】

この日のプログラムは、

- ①Study visit at the Health Care Center
- ②Study visit Psychiatric Clinic
- ③Reflection and evaluation

でした。

①では、ヘルスケアセンターを訪問し、そこではどのようにして医療が行われているのかを学びました。スウェーデンでは住民数に対して、医師が決まり1000人につき医師は1人です。一見すると多く見えますが、実際の現場では医師に診察してもらう前に電話で予約をし、その際にナースからのトリアージを受けます。そこで電話のみで対応できそうな患者は電話で指示をして済ませます。また、病院に来てもナースがまず診察し、いくつかの検査を行い大丈夫な人はそこで家に帰します。そのような過程を経て最終的に医師が診察する人が決まります。この時、医師は頭から足の先まで全身を見ます。そのため、診察室には耳鏡や眼底鏡が設置されています（下図）。日本とは異なりMRIなどは使いません。プライマリケアで働く医師はいわゆる総合診療医と呼ばれており、自身の五感で患者を診ます。このような、全身を診察できる医師は格好良いと思いました。



②では、スウェーデンの精神病治療について学びました。今回、この授業では僕自身の知識があまりなかったのもあり、少し内容が難しく感じました。しかし、授業の中で日本とスウェーデンの精神科医療の現場はかなり違うとのことなので、五年生でのポリクリでその違いを見ていけたらと思います。

③では、今回の研修での感想を英語で述べ、Dr Anna Carson から総評をいただきました。その中で、あらゆる物事に対して open-mind を持つことが大切

だと教わりました。



### 【8日目、9日目】

最後の二日間は、休日だったのでストックホルムとコペンハーゲンの観光をしました。どちらも町並みがとても美しく歩くだけでもとても楽しかったです。ストックホルムではヴァーサ号博物館、市庁舎は特に印象に残りました。一方、コペンハーゲンではレンタルサイクルをして街を自転車で走ったのがとても気持ち良く、楽しかったです。

### 【10日目】

広島に帰宅しました。日本に帰って食べたお米、味噌汁、漬物は今までで一番美味しいと感じました。

最後に

今回のスウェーデン研修は大変に有意義なものでした。海外に出てみることで改めて、日本がどんな国なのかを理解できたように思います。また、他の研修の参加者や先生と医療について話す中で色々な考え方があることも知ることができて良かったです。これらの他にも英語でのコミュニケーションの難しさや楽しさを肌で感じる事が出来たことも良かったと思います。この充実した10日間は僕の人生の中でも忘れられない10日間となりました。ここで得た、経験や知識を無駄にせずに残りの学生生活を有意義なものにしていけたらと思います。本当に今回は、このような貴重な経験をさせていただき本当にありがとうございました。