

マインツ・ヨハネスグーテンベルク大学での麻酔科実習を終えて

マインツはドイツの西南部に位置する小さな街で、田舎すぎず都会すぎず、平和な雰囲気のだよ場所である。そこで中心的な役割を担うマインツ大学病院は、病床数 1600 床、医師 1000 人以上が在籍する大規模病院であり、麻酔科医だけでも 100 人以上働いている。そこで麻酔科医として働かれている福井先生のもとで、3 週間臨床実習を行わせていただいた。実習内容は、1 週目は血管外科、2,3 週目は神経外科での手術麻酔を見学し、現地の医師、看護師に英語で教わりながら、実際にマスク換気、ルート確保、胃管挿入、挿管などの手技を経験させていただけた。初めの 1 週間は福井先生が日本語で事細かに説明してくださり、他にも九州大学生 4 人が他科で実習していたが、2 週目からは学生は実習を終え帰国し、先生も休暇に入られることになっていたの、学生 1 人となり現地のスタッフから積極的に学ぶような形となった。

私はこの実習を行う前に、佐賀大学病院と地域病院での麻酔科実習を 1 ヶ月間経験していたため、基本的な麻酔知識や、麻酔科医がどのようなことを行なっているかについては、あらかじめ理解した状態で望んでいた。そのおかげで、より深い内容について議論し合え、説明される内容をすんなり理解できたと感じた。その上で、ドイツと日本で医療には共通点、相違点があることに気づいたが、想像していたよりも医療のベース、認識は国が異なっても共通していることに驚いた。例えば、麻酔器や使用する道具は多少の差異はあれど、行なっていること、順序は全く同じで、遠く離れていても医療における認識が一致する点は興味深かった。同時に、将来医師となった際に、自分で情報を集め、国内だけでなく世界のより良いスタンダードにキャッチアップしていくことの重要性を改めて身をもって感じた。医療制度においては、ドイツの医療保険制度は日本のようにほとんど全員が加入しており、国民は比較的安価に医療を利用できる。しかし、公的医療保険だけでなく、追加でお金を出して加入するプライベート保険という民間のものも存在する点が異なっており、それは教授、上級医による優先的な手術の執刀や待ち時間の少ない外来を可能にするという仕組みで、個人的には、優れた技術をもつ術者に対価として、より多くのお金が支払われる点は合理的で好ましいと感じた。また、今回の実習で一番興味をもっていたのは、ドイツでの医師の働き方であり、これは私が海外で働くことにも興味があるためであるが、ドイツの医療教育、医師の働き方にも大きな違いがあると感じた。ドイツでは初期研修医制度がないため、医学部 6 年間で卒業すると、好きな病院で就職活動をし、科を選んでそこでの研修(日本における後期研修)が始まる。そのため、日本のように総合的な臨床スキルよりも、専門的なスキルの習得に重点が置かれているように感じた。麻酔科においても、医師は各科専門の麻酔科医として振り分けられているため、必要となる医師数も多くなるようだったが、その科を習得すれば他科に移動する、というふうに専門分野を広げていく学び方は日本と同じように思えた。ドイツの国土は日本と同じくらいの大きさで、日本と同じように地方での医師不足は深刻だと聞いていたが、そもそも医師数は日本の約 2 倍ほど存在するため地方であるマインツでも、人的資源は多いように感じられた。また、ある程度医師数を確保できるからこそ、医師に限らずスタッフは 1-2 ヶ月休暇を取る事ができ、仕事だけでなく生活、家族との時間も重要だと考えられている点は、ヨーロッパと日本の仕事

に対する考え方の違いだと感じた。他にも、ドイツ人・現地の医師の英語力の高さや自由な働き方、スタッフとの対等でフレンドリーな関係性など素敵だと感じる点も多く非常に興味深かったが、日本文化ならではの患者さんへの細やかな心配り、欠かさないリスペクトなど、自国の良さも再実感できた機会となった。

世界の共通言語である英語は、医師となった時に情報収集や学会発表など、使う機会が少なからずあると思っていたので、もともと語学習得にはモチベーションがあり、在学中に留学や資格取得などで努力しているつもりだったが、それでも現地で出会うドイツ人、ドイツの大学で勉強している外国人は英語力がとても高く、それが良い刺激となり、さらなる努力が必要だということを身をもって実感できた。ただし、英語で教えてくださった先生方も完璧な英語を話すというよりも、知らない医学単語は調べるなどしながら、必死に教えようとしてくださり、言語に対するハードルよりも、臆せず目の前の人とコミュニケーションを取ろうとする意志、その経験が結果的に語学上達に寄与しているように感じた。よって、将来自分も外国人患者さんへの診療や、学会発表など英語を使用する回数を意識的に増やし、忙しいながらも上達していこうと思えた。また、病院内での会話はドイツ語であったため、ドイツ語がもう少し理解できれば学べることももっと多かったように見え、他言語への興味もかき立てられた。

今回の留学は部活の先輩が参加していたことから興味を持ち、大学での実習で麻酔科医への興味が強くなったことも相まって、必死に麻酔科の教授の先生に意欲を伝え、幸運にも受け入れていただき、胸が高鳴る思いで出発の日を待ち侘びていたが、同時に学生一人で参加することや、ドイツという知らない言語環境での生活に不安も大きかった。しかし、現地に自ら赴き、自分の目で見て体験した出来事、その時の感情は何事にも代え難く、これからの人生の糧となると確信している。やはり、海外など自分の馴染みのない環境に飛び込み、積極的に行動しコミュニケーションをとることは、精神的に労力を要することも多々あるが、困難に挑戦し乗り越えることで、新たな知見やスキルを得られ、内面的に大きく成長した人間になれると考える。また、普段は目の前の勉強、生活に必死になってしまいがちであるが、新たな視点、価値観から物事を見えることで、自分を冷静に俯瞰でき、人生において何を頑張りたいのか、必要なことは何なのか考える良いきっかけとなり、より充実した生活を送ることができると感じる。このような観点から、今後海外留学のチャンスがあった際には手を伸ばし、自分のさらなる内面的成長、スキルアップに役立たせたいと強く思う。最後に今回、留学の実現に尽力くださった坂口先生、マインツで熱心に教えてくださった福井先生、他にも留学前の準備など多くのことをサポートしてくださった方々へ、心から感謝を申し上げたい。



★このプログラムを選択しようか迷われている方へ

私が個人的に行く前に知っておきたかったなと思うことを、留学先で迷っている方、留学に挑戦しようか迷っている方向けに書かせていただこうと思います。力になれば幸いです。

ドイツのマインツという都市は小さな街ですが不便はなく、豊かな自然、美しい建物が綺麗で可愛い街です。朝のマーケットやライン川沿いの散歩を楽しみました。治安もかなりいいので初めて海外に行く人にもオススメです。ただスリ対策や夜はあまり出歩かない、など基本的な安全対策はする必要があります。マインツ内は徒歩やバスで移動可能で、ドイツ内も特急列車のようなもので結構移動できます。私は土日に国内を旅行したくらいですが、周辺国も飛行機や電車、バスで簡単に行けます。実習について、内容は麻酔科の実習ですので、麻酔に興味がある人の方が向いていると思いますが、海外で働くことに関心がある人にとっても実りの多いものになるのではないかと思います。時間は 7:45-15:00 程度でやる気次第なところもあり柔軟です。手技をたくさん練習したい人は、挑戦してもいいですか？と積極的をお願いしていくことで、数をこなすことができます。求められる英語レベルとしては、福井先生が日本語で教えてくださるので(私は3週間のうち1週間だけでした)、他の留学先と比べると英語に自信がなくても参加しやすいと思います。しかし、ドイツの先生方の英語はかなり高いので、英語で質問したり、理解ができた方が学びが深まるのは確かです。できるだけスピーキング力と医学単語力を伸ばすなど準備した方が面白いと思います。参考までに、私の場合は、IELTS という資格のスピーキングやライティング練習を参考書で行ったり(TOEIC 等でもいいと思います！)、医学英単語にはキクタンメディカル 2 という、臨床で使用する英単語がのっている単語帳を勉強していったことで、現地で出会う医学英語がかなりカバーできたように感じました。



宿泊施設については、自分で準備する必要があり、ホテルや airbnb などで連泊できる場所を探しました。行く前は、一人だったので色々不安に思うこともありましたが、治安などはそこまで心配なく、新鮮な毎日がとても刺激的で精一杯楽しむことができました。私は現地の学生の夏休みに被ったこともあり始めは友達づくりに苦労していたのですが、本学の方に国際学生サークルがあり、そこが毎週ショートトリップや spreche cafe という言語交換の場を提供しているのを知って、インスタグラムなどを通じて参加し、多国籍の友達を作ったり、一緒に旅行したりしました。興味がある方にはおすすめです！最後に、留学や海外に行く



ことに興味はあるけど不安だなあと思ってる人もいると思いますが、機会があれば行ってみて後悔はないと思います。楽しいことも嫌なことも含めて刺激的で、人間的に大きく成長できるチャンスですし、広い視野や異なった価値観への寛容さ、多少のことでは動じない度胸など、留学を通して得られるものは語学力以外にもたくさんあるように感じます。少しでもお役に立てれば嬉しいです！