

留学報告書



福島県立医科大学医学部 4 年 小池妃世莉

はじめに

私は4月1日から5月14日までの6週間、マウントサイナイ医科大学に留学させていただきました。COVID-19のパンデミックが起こってから3年はこの交換留学プログラムは中止されてきましたが、今年ようやく再開されることとなりました。私の代もまだ無理かなと思っていたので、3年生の夏くらいに募集がかかったときは非常にうれしく思いました。

このレポートを読んで、少しでも留学に興味をもってくださいればと思います。

目次

- マウントサイナイ病院

- 主なスケジュール
 - ・ 救急科
 - ・ 内分泌内科
 - ・ 小児科
 - ・ 心臓外科
 - ・ 老年医学科

- 滞在先

- 現地での交流

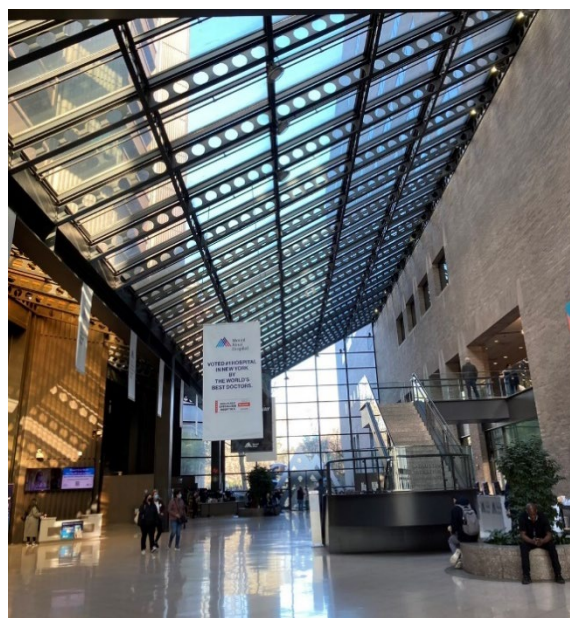
- 留学前に準備したこと

- 最後に

マウントサイナイ病院



内分泌科のある建物



メインロビー

マウントサイナイ病院はニューヨークのマンハッタン・アッパーイーストサイドにある病院です。関連病院が多くあり、観光していたボストンでもマウントサイナイのロゴマークが見られました。ちなみにメインロビー（写真右）のある建物の11階には図書館、12階と13階には講義室やスモールグループルームがありそこで学生は講義を受けていました。大学として1つの建物があるのではなく、病院の中に講義室があるというのが驚きました。

主なスケジュール

見学させていただく診療科のほとんどは現地に行ってから、この交換留学のコーディネーターである内分泌科医の柳澤先生と相談しながら決めました。私たちの希望通りになるよう様々な先生とコンタクトしていただきました。この6週間で見学させていただいた診療科は内分泌科、救急、小児科、心臓外科、老年医学科の5つです。

救急科

2日間だけでしたが、見学させていただきました。朝は7時に病院にいき、14時ごろには帰宅するというスケジュールでした。目が回るくらい忙しいところだとうかがっていましたが、たまたま患者さんが少なかったからか先生方もおしゃべりしている様子もうかがえました。ただ、一人の患者さんに書くカルテの量が非常に多く、患者さんと接している時間よりもカルテを書いている時間のほうが長く感じました。パソコンに接続されているマイクを使って、音声入力しているところが印象的でした。

先生の後ろについていき、先生と患者さん、患者さんのご家族とのやり取りを見ていました。私が出会った患者さんの中には薬物中毒で運ばれてきていた患者さんもあり、アメリカらしいなと思いました。さらに驚いたのはその患者さんはなぜか足の骨の一部がなぜかなくなっていたということです。これにはドクターたちも非常に驚いていました。

Attending（専門医）の先生がカルテを書いているときは Fellow（後期研修医）の先生が話しかけてくださって、この病気の患者さんがいるけど、どういう検査が必要か、急性腎障害の原因は何かなど問題を出してくださいました。その問題に答えると、その疾患について丁寧に図を描きながら説明してください、勉強になりました。また、心電図の読み方も教えてくださいました。ただ、授業で習ったものより難しい症例だったので理解するのにかなり苦労しました。ニューヨークに着いて最初の一週間だったため、先生方の話す英語のスピードについていけず、かなり戸惑いました。

内分泌科

内分泌科では、柳澤先生の外来と Attending や Fellow と一緒に回診やカンファレンスに参加しました。柳澤先生は甲状腺疾患を専門にされているので、外来では主に甲状腺の疾患をもった患者さんを診ていました。1人1人の患者さんにじっくり時間をかけて接しているところが非常に印象に残りました。正確な時間はわかりませんが、30分くらいはかけていたと思います。患者さんも自分の病気をきちんと勉強し理解しているので、前回この薬はこれくらいの量を処方されたけど、症状も落ち着いているし検査の値も良かったから減らしてもいいと先生に自分から提案していることがなによりも驚きました。日本の患者さんはかなり受け身なので自分から提案することはあまりないと思いました。また、オンラインでの外来も見学させていただきました。大学進学で他の州に引っ越してしまった大学生とのオンライン外来でした。わざわざ帰省しなくても、ずっと診てもらってきた先生に診てもらえるのは安心だなと思いました。

Attending や Fellow の先生方とのカンファレンス、回診を見学させていただいたときのスケジュールは朝8時から約1時間程度カンファレンスを行い、Fellow の先生との回診、そのあともう一度 Attending の先生との回診、Attending の先生と Fellow の先生とのカン

ファレンスという流れでした。朝のカンファレンスは月、水、金のみ行われていました。カンファレンスでは、患者さんの状態についての報告と今後の治療方針などについて Attending の先生と話し合っていました。回診では甲状腺機能低下症、高血圧、頭蓋咽頭腫、下垂体線種、褐色細胞腫など様々な疾患の患者さんがいました。

小児科

日本人で小児科のレジデントをされている松浦有佑先生にお世話になりました。朝は 6:30 から始まり、モーニングレポート、カンファレンス、回診などがありました。小児科は赤、黄、緑、青と 4 つのチームに分かれていました。私は松浦先生がいらっしゃる黄色チームを見学させていただきました。回診というと、医師たちが患者さんのところを訪れるというのが一般的だと思いますが、このチームでは患者さんのもとに行くのではなく腎臓内科、神経内科といった専門医が黄色チームの部屋を訪れて、患者さんの検査、治療方針などについて話し合っていました。

小児の病気はかなり幅広く、特に薬や検査などはあまり理解できませんでしたが、聞き取ったことをメモして、あとから松浦先生に色々と質問し丁寧に教えていただきました。ミトコンドリア脳筋症、水腎症、視神経乳頭炎など様々な疾患の患者さんがいました。先生がカルテを書いている時間など空いている時間にこういった疾患を復習していました。



左から私、松浦先生、瀧本

心臓外科

マウントサイナイ病院で心臓外科の Attending をされている板垣忍先生にお世話になりました。柳澤先生が連絡先を教えてください、心臓外科の見学をしたいと連絡したところ快く受け入れてくださいました。1週間、ほぼ毎日手術の見学をさせていただきました。冠動脈バイパス手術、左室形成術、大人の手術だけでなく小児の手術も見学しました。板垣先生が執刀医のときは術野に入らせていただいて、近くで手術を見学することができ非常に感動しました。術野に入る前に、手洗いやガウン、手袋などを身につけなければならないのですが、一度もやったことがなかったため、どうしていいか分かりませんでした。看護師さんたちが手取り足取り着替えさせてくれました。日本で一度経験しておけば良かったと思いました。

一番印象に残っているのは、心臓移植の手術を見学できたことです。朝 3:30 にマウントサイナイ病院に行き、救急車に乗って別の病院にドナーの心臓をとりに行きました。ドナーの心臓を取り出す手術の後、マウントサイナイ病院に戻り移植手術も見学しました。手術はだいたい 7 時間くらいでした。心臓を取り出す手術の際、術野に入らせてもらい近くで見学させていただきました。学生の私が術野に入っていいものかとかなり戸惑いましたが、先生のご好意により近くで見学でき、本当に少しばかりですが、手術のお手伝いもさせていただきました。

日本では心臓移植の件数がアメリカと比べてかなり少なく、また心臓移植の手術をしている病院も限られています。ましてや海外の学生が移植手術の見学をさせてもらえるというのはなかなかないので本当に貴重な経験をさせていただいたと思います。板垣先生には本当に感謝しております。

老年医学科

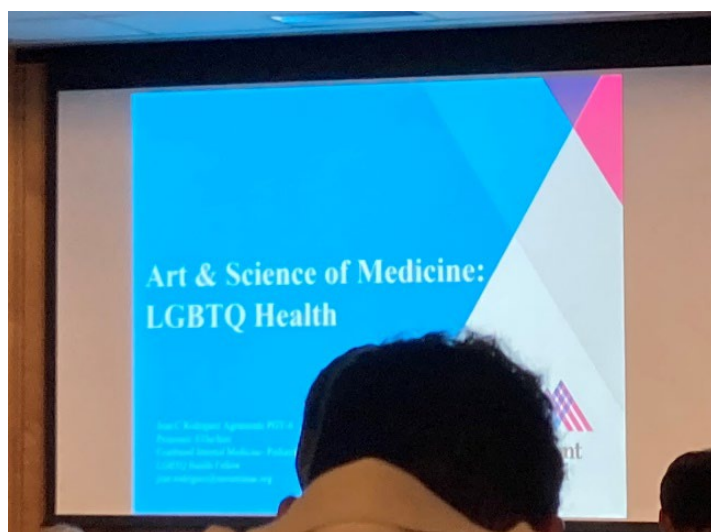
マウントサイナイ・モーニングサイド病院で Attending をされている山田悠史先生にお世話になりました。朝は 9 時に行き、トラウマチームの回診や山田先生の回診を見学させていただきました。山田先生が丁寧に問診、身体診察をされているところが非常に印象に残りました。高齢の患者さんは便秘といったちょっとしたストレスでせん妄になりやすいため、さまざまなことに気を配らなければならないと教えていただきました。認知症にもなりやすいため、毎朝カーテンを開けてあげたり、卓上カレンダーや時計を置いたりすることで時間、日にちを分かるようにしてあげるのも大事だと教えていただきました。また、身体診察では耳たぶのフランクサインは冠動脈疾患の可能性が大きい、側頭筋が痩せていると筋力が低下しているなど身体診察だけでも患者さんの状態について多くの情報を得ることができる学びました。他にも、アメリカと日本の医療制度の違いなど様々なことを教えていただきました。



左から私、瀧本、山田先生

授業

授業にも参加させていただきました。Art & Science of Medicine という授業で私が参加したときのテーマが LGBTQ についてでした。LGBTQ の方々を講師として呼び出したパネルディスカッション形式での講義でした。講義のあと、6人ほどのスモールグループに分かれて、講義を聞いての感想や自分の考えを共有しました。日本には LGBTQ の授業はないと伝えたところ驚かれました。日本でもこういった授業があればいいのにと思いました。



授業の様子

滞在先

92NY Residence



92NY Residence に宿泊していました。ここからマウントサイナイ病院までは徒歩で約 10 分くらいでした。一般の人が利用できるジムやプール、音楽教室などもあり、講演会や演奏会だけでなく子供向けのイベントや高齢者向けのイベントなど多くのイベントが行われていました。建物には 24 時間複数の警備員がいるためセキュリティーがしっかりしており、安心して生活できました。

寮には様々な国から来た留学生が多くいました。医学生も多く、キッチンで勉強していると話しかけてくれて勉強大変だけど頑張ろうと励ましてくれました。オーストリアからの留学生は USMLE step1 (アメリカの医師国家試験) にすでに合格しており、勉強に使っていた教材をあげるよと言ってきてくれて動画教材や PDF などをもらいました。これから有効活用しようと思います。

現地での交流

本当にたくさんの方々とお会いすることができました。



左から Meri さん、私、瀧本、柳澤先生

9.11 メモリアルミュージアムの元館長でいらっしゃる Meri さんのお家に招待していただき、手料理をふるまっていただきました。この写真はブルックリン橋の近くで撮った写真です。この近くは漁業が盛んで、ここでとれたサーモンをごちそうしていただきました。私は書道が趣味なので小さい色紙に「愛」と書いてプレゼントしたところ、とても喜んでくださり嬉しかったです。



左から Priya、私、瀧本、Max

この写真は交換留学生である Priya とその友達の Max にブルックリンのフードフェスティバルに連れて行ってもらった時の写真です。Max は日本語がとても上手でした。日本のアニメや漫画から学んだそうです。

他にも同じ時期にマウントサイナイとコロンビア大学に留学していた東京女子医大の方々など多くの方々と交流することができました。

留学前に準備したこと

ここからは留学前にしたことを紹介します。少しでも参考になれば幸いです。

・病院実習

日本でも病院実習をしたことがなかったので、糖尿病内分泌内科と心臓血管外科の先生にお願いして春休みにそれぞれ1週間ほど実習をさせていただきました。

内分泌内科は柳澤先生がいらっしゃるの、見学させていただくことが決まっていました。医大病院では主に糖尿病の患者さんが多く糖尿病について勉強していたのですが、マウントサイナイ病院で診た患者さんは下垂体腺腫や頭蓋咽頭腫、褐色細胞腫、高カルシウム血症などの疾患をもった方々だったので直接的に役に立ったかという点と少し微妙ですが雰囲気をつかむだけでも勉強になりました。心臓外科については、マウントサイナイ病院で見学させていただけるか決まっていなかったのですが、興味のある科だったので医大病院で手術の見学をさせていただきました。

・医療英語

USMLE step1 の教材と医療英語の単語帳を使って勉強しました。福島についても英語で説明できたほうが良いと思い、『トシ、1日1分でいいからフクシマ英語に触れてみて。それだけできっと世界は変わる。』という本を読みました。この2冊は学校のブックストアで購入できます。



最後に

今回の留学を通して、さまざまな方々と出会い刺激をもらいました。特にこちらで活躍されている日本人の先生から、アメリカで医師になろうと思ったきっかけやどのようにアメリカで医師になったのかなどお話を聞かせていただいて、自分のこれからの人生について深く考えるきっかけになりました。

お世話になったみなさま

福島県立医科大学解剖・組織学講座 和栗聡教授

福島県立医科大学輸血部 Kenneth E Nollet 教授

福島県立医科大学細胞統合生理学講座 狭間章博教授

企画財務課 高橋篤志様

マウントサイナイ医科大学内分泌科 柳澤ロバート貴裕先生

マウントサイナイ医科大学心臓外科 板垣忍先生

マウントサイナイ医科大学老年医学科 山田悠史先生

マウントサイナイ医科大学小児科 松浦有佑先生

その他お世話になった方々

本当にありがとうございました。