

MGH 臨床海外実習体験記

2013年2月に私は、Harvard Medical School (HMS)の提携病院である Massachusetts General Hospital の Pediatric Neurology Team において実習をさせて頂きました。

1. Application まで

クリニカルクラークシップ期間での海外実習を思い立ったのは、昨年4月のことだったかと思います。Medical school や residency のシステム・診療の様子について知りたい、海外の医学生と交流をしたい、という漠然とした思いはありましたが、それはあくまで未知への憧れの範疇を出ず、多くの方々の援助を頂き、海外実習を試みるからには、海外でクリクラを経験することが絶対に自分にとって必要であると言いきれるための、あとひと押しを必要としていました。また、クリクラの期間を使って、所属させて頂いている研究室でしっかりと実験のプロセスを進め、自分の適性と向き合ってみたいという思いもあったため、非常に迷っていました。前年度から留学に向けて準備を進めたり、意識を向けたりしてきたメンバーとは異なり、私は国際交流室の面接申し込み直前まで、周りの先生方、先輩、同級生、そして家族に背中を押してもらっていました。長きにわたりクリクラについて相談に乗って頂き、とても感謝をしています。

応募すると決心がつくまでの間、海外実習にチャレンジするにせよ、しないにせよ、海外の病院についてある程度は知っておくべきであると考え、国際交流室のクラークシップ体験記をはじめ、他のホームページや書籍を読み、情報収集をしていました。その中で、海外病院で経験を積むにあたり、学生実習という形であれば私たちのような外国人も受け入れられやすい状況にあるが、医師になって以降の留学であると少なからぬ覚悟と投資とを伴うことを感じ、これが海外臨床留学へと踏み出す最後のチャンスかもしれないと思うようになりました。

しかし最後まで引がかかったのは、金銭的な面でした。こればかりは私個人の問題ではないため、少しためらう気持ちもあり、BSLの学生実習室で頭を抱えていたところ、以前クリクラでHMSプログラムへ行かれた先輩と偶然お会いし、直接体験談を伺ううちにやはり直接行って自分の目で確かめたい、自分もその方のような貴重な経験をしたいと思う様になりました。この出来事により志望校として、HMSも意識するようになりました。

HMSを選んだ理由としては、それに加えて、前述のように基礎研究室でクリクラの期間を過ごすことも魅力的であると考えていたこと、精神神経医学への興味に沿った実習を行いたいと強く考えていたことを勘案すると、協定校よりも、興味のあるコースにアプライをする形の（コースから漏れた場合は、

海外実習自体がなくなる) それ以外の医学校にアプライをするのが最善であるように思ったことも挙げられます。大学間協定のない大学にアプライをする際、考慮しておくべきであるのは、**application** の手続きのうち自分でこなすべき割合が多くなること (自分個人の実習ですから当然のことではありますが…) と、**留学** が直前まで不確実で、時間的投資が無駄になってしまうかもしれないという不安の中で準備を進めなくてはならないことです。どちらも今でこそ人生においてプラスに働くだらう、貴重な勉強であろうと捉えています、特に後者はなかなか **stressful** でもありました。

2. 応募過程について

応募はまず国際交流室での面接にエントリーするところから始まります。面接も留学に対する熱意があればあるほど緊張するかもしれませんが、現在自分の中で考えていることを **presentation** して、自分の求めていること (これは私の場合かなりはっきりしていました) が叶う場が果たして海外実習であるのかどうかを先生方にご判断頂くというつもりで臨みました。もっともらしい理由をつけて選考に通るよりも、そのままの自分をアピールするのがよいと個人的には思います。当日は胸部外科の手術見学が長引き、オペ室から大慌てで面接へと向かいました。事前にお伝えしておけば、順序を考慮して下さいますが、やはり希望実習先ごとにまとめて面接、というのが原則であるようです。

面接に通ったのちは、志望科を選び、**HP** 上でアプライ、その後 **TOEFL official score** や **Dean's Letter** などの必要書類を揃え、発送という形になります。

まず志望科の選択に関してですが、私は熟考した結果小児神経を選びました。**Psychiatry** のプログラムにも関心がありましたが、外国人学生に対しての門戸が限られていること、実際問題として、診療における問診の重要性が大きいことや、文化的背景の差異を考慮すると、最初の海外実習先としては少し厳しいのではないかと考えました。自分の関心に照らした際、今は器質的疾患を診る中で精神神経疾患について学んでいきたいと考えたことや、てんかんや学習障害、小児期の発達に関心があったこと、神経変性疾患について学びたかったことを考えると小児神経が最も適した実習先であるという結論にいたりました。客観的な所見が見られる分、**language barrier** があっても自分なりに努力する余地がある、という捉え方もできるかと思います。

ただ、小児神経は **core** (必修) のプログラムではなく、このような **elective** と呼ばれるプログラムを選んだ場合には、**HMS** の学生さんと一緒に **rotate** したり、主体的に **resident** のように実習を行ったりできる可能性は低くなりますので、各自の目的に合わせて実習先を慎重に選ぶ必要があるかと思います。

3. 準備期間

電話面接に際しては、医学用語を詰め込む形で対策を行いました。ピリピリした空気の中、厳しい質問が多数飛んでくることを予想し、おそるおそる電話をかけましたが、実際は非常にフレンドリーに進行し、いくつかの質問に普段通りの受け答えをしたところ、”Why’s your English so good?”と言われ、拍子抜けをしました。(実際の実習ではとても高いハードルが待っていましたが…。)

その後、rotation の日程と科が決定をしたという通知を受け取り、無事小児神経での実習ができることとなりました。これは渡米まで一カ月を切った時期であり、準備には非常に苦勞をしまし、周りの方にいろいろと助けて頂きました。海外実習に向けて専門的な知識の不足が大きいのではないかと心配であったことと、日本で極力準備をしてから出国をしたいと思っていたことから小児科の先生方をお願いをし、小児神経班にて実習をさせて頂くこととなりました。急なお願いにも関わらず、ご快諾を頂いたこと、とても感謝いたしております。そのため神経診察にも少し慣れてきた頃に渡米をすることができました。

一般的な英語は TOEFL の勉強の中で準備をしていました。ER も好んで見ていましたが、普段の実習もあり、また統合講義の運営や勉強会、全学での活動など、課外活動もそれなりに多い人間であったため、まとまった時間を取ることはなかなかできませんでした。英語力については、幼いころ限られた形ではありますが、英語や文化への曝露はあったものの、やはり砕けた言い回しやアクセントの強い英語に苦勞することとなりました。つい TOEFL の点数に頼ってしまいたくなりますが、それはあくまでテストに出てくるような”お行儀のよい”英語の運用能力を問うているのであって、あまりそこを過信すべきではありません。臨床留学では、語学の問題は大前提だということを痛感しました。Conference での用語の連発を、頭の中で日本語に置き換えていると理解に time lag が出来てしまいます。自分の中で、大きな壁と葛藤していました。

4. 実習内容

実習は Inpatient 2 weeks, Outpatient 2 weeks と組まれていました。Pakistan の医学部に通う学生さんと二名が配属し、途中でスイッチする形で、実習を行いました。



Inpatient では、患者さんを follow させて頂き、preround を行いました。Round 前に病棟へ行き、Nurse の方や患者さんご本人、ご家族から昨夜大きな変化がなかったかなど情報を収集します。多発性硬化症の患者さんを担当し、ER consult から退院後受診まで、症状の変化を follow できたことが非常に印象深く、回復した患者さんご家族から”Thank you, Doc.”と言われたときには言いようのない嬉しさと安堵感を覚え、将来このような経験を医師として積んでいきたいという思いを感じました。

Outpatient では自分の関心に応じた専門外来を選択し、shadow しました。時に診察や問診を行う機会があり、てんかんに対する薬物療法、VNS、食事療法を学ぶことができた他、学習障害の評価や治療について細分化された外来で学び、ADHD の患者さんとコミュニケーションを取ることもでき、非常に勉強になりました。NCL など、日本では見たことのなかった疾患にも数多く出会いました。

他にも、興味深い conference が毎日開かれ、noon conference、brain cutting conference などに参加していました。

5. 生活面など

私は病院近くの B&B に stay していました。MGH に留学されているプラクティショナーの方、MIT に勉強にいらしている学生さんなど多くの方とお話しすることができました。宿の方ともよくお話をし、オススメのお土産屋さんや cleaning 店の情報を頂き、不慣れな環境での生活をサポートして頂きました。個人旅行を含めて初の海外で、パスポートも取ったばかりという私は、当初電車の乗り方すらままならず、MGH と stay 先とを行き来するばかりでしたが、鉄門の先生方やもう一人の rotator に非常に助けられました。心より感謝申し上げます。

寒さにはすぐに慣れてしまいましたが、何度か大きな吹雪があり、そのうち一度は電車がストップ、外に出れば腰まで雪に埋まってしまうという状況でした。

食事は、病院内のカフェテリアで取るほか stay 先で自炊をしていましたが、特にこれといって困ったことはなかったように思います。Residentの方に Whole foods に案内して頂いたり、食事の違いについて周囲の方とお喋りしたりして楽しく過ごすことができました。

今回海外臨床実習を経験し、多くの方に支えられ、貴重な経験ができたことをとても嬉しく思っています。同時に海外に不慣れであったこと、実力不足であったことを痛感し、もう少し地に足のついた状況で再びチャレンジをしたい、という思いも出てきました。日米の医療システムの違いについては、時間的・空間的に大いに限定された視野からではありますが、垣間見ることができました。Pro もあれば con もありますし、日本の医療の素晴らしさも含め、これまでの自分のあり方を見つめ直すことのできた一カ月でした。今後留学という選択肢も視野に入れつつ、自分の興味を大切に、着実に学んでいきたいと思っています。もちろん楽しいことばかりではなく、厳しきや大変なことも少なからずありました。これだけ多くの方に支えて頂いているのだからそれに見合う実習をせねばと自分を追い込んでいました。普段自分がどれだけ周囲に甘えてぬくぬくと過ごしてきたのかを思い知った一カ月でもありました。

最後に、本実習に際し、サポートして頂いた丸山先生、MGH でご指導頂いた先生方、小児科、精神神経科の先生方をはじめ、お世話になりました全ての先生方と先輩方、友人たちに心より感謝申し上げます。右も左もわからない中、実習が実現できたのは、みなさまに助けて頂いたからであり、感謝してもしきれないほどです。また、大坪修先生のフェローシップを賜りましたこと厚くお礼申し上げます。