

海外研修報告

in Singapore

2010年3月8日-12日



(渡り廊下にこんな看板が…)

海外研修

2010年3月8日から12日までの5日間、シンガポールへ研修に行ってきました。この海外研修は昨年度から始まった企画ですが、今年は東北大学、山形大学からも参加者がおり、研修医12名を含む総勢17名の研修となりました。

主な目的は英語でのプレゼンテーションと Singapore General Hospital (SGH) の施設見学でした。興味の分野ごとに少人数のグループに分かれ、初日はプレゼンテーションを行い、各分野の先生方とディスカッションを行いました。2-3日目はそれぞれの分野に関係する施設を見学し、4日目はSGHの博物館の見学と最終ディスカッションを行いました。5日目はシンガポールで開業されている日本人医師のクリニックを訪ね見学させていただきました。



(医学部の研修センターに当たる建物の前で記念撮影。全員ではありません。富田先生と私以外の研修医は他大学の方です。)

準備: 英語でのプレゼンは初めての経験で、スライド作りには思いのほか時間がかかりました。何度かノレット先生に手直しを受けましたが、その度にガラッと変わったように思います。基本的な読み方をはじめ、文法通りではなく、意図を伝える表現など教わりました。

1日目 (3/8Mon): 私は小児科の富田先生と組んで小児の急性痙攣重積型脳症について症例報告を行いました。プレゼン自体5分程度で、難しい質問もなく無事に終了しました。正直、終わってホッとしました。

午後はディスカッションの時間でした。ここからは翌日から見学したい分野ごとに分かれたので、私は精神科の先生方とディスカッションを行うことになりました。

結果は散々でした。というのも、まず英語が聞き取れない！単語が分からないということもあるのですが、例えば child と発音されてもそう聞こえない！仕方なく筆談でやり取りを行いました。質問したいことがあってもうまく表現できず、とてもディスカッションと言えるものではありませんでした。

その中でもかろうじて知りえたことは、
①シンガポールで児童精神の勉強をしたい場合は、3年間一般の精神科を勉強し、その後児童分野の勉強をすることができると。
②SGHの精神科では基本的に19歳以上しかみない。それ以下の患者は同敷地内にあるこども専門クリニック等で診療を行っている。
③SGHの病棟に入院している若い患者は摂食障害が最も多い、ということでした。もっと質問したいことはあったのですが、コミュニケーションがままならず、時間切れとなってしまいました。

2日目 (3/9Tue): こども専門クリニックである Child Guidance Clinic を見学させていただきました。SGHの敷地内に Health Promotion Board というクリニックが集まった建物あり、そこに CGC は入っていました。

まず、Dr. Ong にクリニックの概要を説明してもらいました。

こどもへの精神医療は 1970 年頃から開始され、このクリニックは 1993 年に設立されました。活動内容は①診断と治療、②相談業務、③自閉症児への評価と介入、④健康教育、⑤教授と訓練、⑥医療面接と研修です。2009 年の年間の新患患者数は 3000 人程度で増加傾向にあり、その原因には中国やインドからの入国者が増加しているためと考えられます。(毎年 5%程度増加)再来患者も合わせて年間の合計患者数は 17000 人程度で、この内入院患者は合計 200 人程度です。

相談業務の内訳は、病院での相談、学校訪問、家庭訪問、少年院への訪問、児童養護施設への訪問です。最も多いのは病院での相談で 2001 年は 30 件でした。児童養護施設への訪問は 1997 年には 38 件ありましたが、2001 年には 2 件へ減っています。(変化の原因について尋ねそびれました。)

診断される疾患で最も多いのが ADHD で 23.4%、次いで LD の 16.2%、適応障害 12.8%、行為障害 7.7%、情緒障害 6.8%、児童虐待 6.5%、摂食障害 1.5%、心理的障害 0.8%、その他 14.1%です。

SGH では摂食障害の患者が多かったのにこちらでは ADHD が圧倒的に多いがなぜかと尋ねると、扱う年齢の差だと言われました。ここでは 19 歳までしか扱わないとのことでした。更に 6 歳以下は小児科がみることので、ここで扱う年齢は限られていました。また、摂食障害の患者はクリニックで対応せずに SGH へ紹介してしまうことが多いそうです。

紹介元で最も多いのは学校で 35.6%、以下ポリクリニック 30.1%、両親 13.4%、地域サービス 6.2%、家庭医 5.8%、病院 5.5%、その他 3.4%だそうです。

治療は個々の患児に合わせた方法を取り、

薬物治療、ECT、精神療法、家族・夫婦間療法、認知行動療法、作業療法、集団療法、遊戯療法、補習授業を行っているそうです。

ECT を児童にやるのかとの質問には、14-17 歳の患者であれば施行することがあるとのことでした。今までに経験したのは 2 例のようです。



COPES:

(Children's One-stop Psycho Educational Service)

社会/行為/行動の学習を必要とする患児に対して、多岐にわたる訓練、評価、介入サービスを用意しています。(学校評価、コンピュータに基づく評価、社会/情動/行動の評価、言語評価、視覚運動の評価、家族相互作用評価)

スタッフは、Consultant 5 名、心理士 12 名、Speech-Language Therapist 1 名、訓練士 4 名を含む計 53 名です。



(プレールーム)



(感覚統合訓練やなども行える設備)

Autism を専門にしている Dr. Song にも直接お話しを聞く時間をいただきました。まず 3-4 時間かけて病歴を聴取し、45-60 分の観察を行い診断します。投薬を考慮する例もあります。Autism と合併する疾患には不安、うつ、ADHD、衝動行為などの行為障害、チックがあるとおっしゃっていました。そして心理的、行動的な介入を行って行くそうです。内容は日本で行われていることと大差ないと感じました。ただ、このクリニックは設備も人材も揃っており、羨ましく感じました。



彼女の英語はとても聞きやすかったのですが、私の単語力のなさが支障になってしまいました。(おまけ:彼女は育児中で仕事はパートタイムだそうです。また産前産後も有給休暇を total 6 ヶ月もらえるそうです。⇒いいですね!)



(左が Consultant の Dr. Ong Say How、右が自閉症を専門に扱っている Dr. Song Min です。)

3 日目 (3/10Wed) : SGH 内の病棟見学と睡眠障害外来の陪席をさせてもらいました。

精神科の病棟は 15 床で 1/3 は摂食障害の患者でした。その時入院していた患者さんはすべて女性でした。ここでも 10:1 で女性の方が多いとのことでした。

医師はみな若く、また白衣を着ないので柔らかい印象を受けました。



睡眠障害病棟で Dr. Victor の診察に陪席させてもらいました。中国語に聞こえる英語をしゃべる人や、全く英語が喋れず、中国語で診察を受けるお年寄りなどで、診察内容の詳細は Dr. に解説してもらわないと理解できませんでした。

Dr. に何ヶ国語を話せるのかとお聞きし

たところ、英語と中国語とおっしゃっていました。シンガポールは中華系の方が多いようです。

治療は薬物治療が主体だそうです。ボスである Dr. Ng Beng Yeong だけが催眠術を行うとおっしゃっていました。詳細は Dr. も分からないとのことでした。また、光線療法はやっていないそうです。

ここでもわずかしき質問できず、もどかしい思いをしました。



(左上が Dr. Victor、右は病棟を案内して下さった Dr.)

4 日目 (3/11Thu) : 博物館の見学とディスカッションでした。実のところ、暑さと食べ物にやられ夏バテ状態だった私は、十分に説明を聴く余裕がありませんでした。印象に残ったのは立派な博物館で、動く創始者の人形が SGH の歴史を説明してくれたことくらいです。(ちょっとリアルすぎて怖かった。)

午後のディスカッションには Dr. Yao Fengyuan と Dr. Victor が参加してくださいました。

会話の内容をかいつまんで記載します。

- SGH での診療は、一般的な精神疾患は 19 歳以上の成人を、摂食障害のみ 13 歳以上を扱う。

- SGH では成人の ADHD 患者を診察すること

があるが、すでに診断済みで入院治療をすることはほとんどない。

- 成人の ADHD を診るのは、犯罪を犯して病院に紹介された場合が多い。

- 成人の ADHD に対しての投薬は ritalin、atomoxetine を用いる。

- 13 歳以下は KK woman's & children's hospital (KKWCH) で診療を行う。

- 妊娠中の医師は 4 ヶ月の産後休暇がある。また、時短勤務や負担軽減制度がある。

- KKWCH にはパートタイムで働く精神科医がいて、産婦人科病棟に入院している患者の診察を行っている。

- もしスタッフの子供が急病になった場合は KKWCH にかかることができる。

- 精神科と小児科が協力して診療を行う体制はない。年齢で区切って診療を行っている。

以上のようなことをお話ししました。最後に Dr. Yao がコメントとして、「英語での会話は不十分であるが、色々なことを知りたいという意欲が伝わってとても有意義な時間だった。」とおっしゃってくださいました。なんとか 3 日間の研修を終えることができました。



(Dr. Yao Fengyuan : 内科学と外科学の学士号を持ち、精神科専門医を持っているそうです。彼の英語も聞き取りやすかった。)

5 日目(3/12Fri) : オーチャード通りという日本と言う銀座のような場所に亀井先生のクリニックはありました。

(集合前にちょっと寄り道)



シンガポールは連日 30 度を超える暑さです。道端にはアイス屋さんが多くあります。頼むとブロックアイスを切ってくれます。一般的には甘い 3 色食パンに挟むようですが、私はウエハースにしてもらいました。マンゴーアイスは美味でした♪

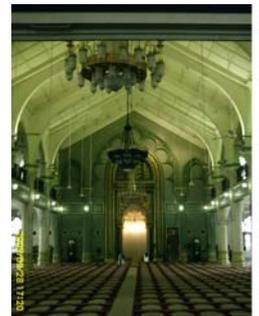
一等地にあるビルの 10 階にクリニックはありました。亀井先生は内科医ですが、そのフロアには日本人の先生のクリニックが集まっており、小児科や耳鼻科もありました。患者さんは日本人で、この空間は日本のクリニックと変わりませんでした。よくある問題は、保険関連だそうです。海外で働く場合は医療保険の適応を十分調べておいた方がよさそうです。

1 週間のシンガポール滞在はあっという間でした。中華系、マレー系、インド系など様々人々が暮らしています。料理も様々ですが、基本的に塩辛く、脂っこく、甘い料理です。緑茶にも砂糖が入っているのには驚きました。案の定、私は 3 日程で胃をやられました。(はじめはおいしいと思って食べていたのですが)



(魚団子の入ったスープと辛い麺:これで 300 円程度。職員食堂では様々な具を選べるスープがあり麺やご飯と組み合わせます。)

もちろん観光もしました。モスクもありました。



国立蘭植物園にも行ってきました。園内をすべて歩くと 3-4 時間はかかる広さです。



シンガポールは熱帯なので、温室などありません。蘭を育てるには最適ですね。暑さに弱い植物のために Cool Room があります。

この研修でとても貴重な経験をする事ができました。これからも日本国内外問わず経験を積んでいきたいと思ひます。研修中にこのような機会をいただき感謝しています。支えてくださった皆様に厚く御礼申し上げます。



おわり