

海外選択 CC 報告書(チェンマイ大学)

第 6 学年 A.I

私は 2024 年 3 月 30 日から 4 月 28 日までの 1 か月間、タイのチェンマイ大学にて Clinical Elective として海外選択 CC 実習を行わせていただきました。そこでの経験を自分自身で振り返りつつ、海外選択 CC を志す後輩の一助になれば、という思いでご報告させていただきます。

1. 渡航前の手続き・準備(後輩に向けて)

2023 年 2 月の選考会を経て 3 月頃に渡航先の決定をいただき、ワクチン接種を進めました。10 月から教務課・国際交流センターのご協力のもと必要書類の準備を始め、11 月末に申込書を提出しました。実習診療科に関しては当初希望していた診療科に空きがなかったため先方との調整に時間がかかり、2024 年 1 月初旬に決定しました。1 月末から VISA 取得のための必要書類の準備を始め、取得が完了したのは 3 月中旬、渡航の約 2 週間前でした。申し込みは 1 年前から受け付けているようなので、実習診療科に強い希望がある場合は早めに申し込むこと、VISA 取得には大学側とのやり取りや大使館の予約枠の確保が必要のため、余裕をもって早めに動き出すことをおすすめします。

その他の準備として、第 5 学年末の総合試験で学年の上位 50%以内の順位に入っていることが海外選択 CC の参加条件であるため、1 月頃からは試験勉強に専念しました。総合試験が終了後、英会話を練習したり、タイに関する情報を集めたりといった準備を進めました。

2. チェンマイ大学での臨床実習

2-A Department of Community Medicine(4/1~4/12)

Community medicine は日本でいうところの公衆衛生学にあたり、15 人ほどの医師が各自の専門分野(予防医学、疫学、渡航医学、産業医学、地域保健など)に関する研究や診療に当たっていました。実習は大学病院の一面にあるクリニックにて、その日診療に当たっている医師を指導医として外来見学や講義・ディスカッションをするといった内容でした。

私が学んだのは主に Travel medicine(渡航医学)と Occupational medicine(産業医学)です。Travel medicine の実習では海外渡航に際して必要な予防接種・健康診断などの準備や旅行に際して起こり得る様々な病態とその対策などについて学びました。感染症学や航空医学の知識を「海外渡航」という身近なシチュエーションに沿う形で応用していく視点は大変興味深く、また、日本人患者の通訳として問診・身体診察をさせていただく機会もあり、とても勉強になりました。Occupational medicine の実習では、産業医学の職務について広く学びました。日本では産業医学を講義で学ぶのみで、実際の診療内容を見学する機会はなかったため、海外 CC ならではの貴重な経験でした。

また、タイの旧正月にあたるソンクラーン前後には各診療科が持ち回りで市民向けの催し物を開催する期間があり、本診療科のイベントをお手伝いさせていただく機会にも恵まれました。イベントは主に中高年～高齢者向けで、私がお手伝いしたのは、体組成測定や健康相談などのスタンプラリーを終えた参加者たちが最後に健康への祈りを紙に書いて捧げるブースです。言葉は通じないものの、通院する高

齢患者達の活発さや温かさを感じ取ることができ、タイの人々の明るいエネルギーを感じるような良い経験でした。

2-B Department of Pediatric Surgery(4/17~4/26)

Department of pediatric surgery(小児外科)では主に助教二人とレジデント5人で診療に当たっており、日本での実習と同様に外来・手術・病棟回診・カンファレンスなどに参加しました。患者さんとの会話や医師同士の会話は医学単語を除きタイ語で行われているため、小児外科の知識も医学英語も勉強不足であった私には初めは難しい現場でした。しかし、先生方が適宜英語で解説してくださったり、小児外科・医学英語の知識を習得したりと実習を進めていく中で、自分の力でも大枠をつかめるようになっていき、最終的には小児外科疾患の診断から治療・術後管理まで十分に学ぶことができたと感じています。また、外来での診察が基本的に大部屋で行われたり、病棟では記録が紙ベースであったりと患者数が多く忙しいタイの医療現場ならではの特徴を見てとることができました。手術室も日本の医療現場とは多くの違いがあり、非常に興味深かったです。

また、こちらの診療科でも、ソクラーンの一環で外科全体の式典に参加する機会に恵まれ、僧侶による祈禱やご高齢の教授に敬意を表しての頭に水をかける儀式に参加し貴重な経験をすることができました。小児外科の先生方は多忙な中でも食事に連れて行ってくださったり、苦手な英語で話しかけてくださったりと温かく気遣ってくださったお陰で、困難でありながらも学び深く楽しい実習とすることができました。

3. チェンマイでの生活

自由時間の過ごし方について

平日の実習後は主に一人で、週末は仲良くなった現地の学生などと共にチェンマイ観光に出かけました。現地を案内してくれる学生はみな本当に親切で、お互いの国の文化を教えあうなど大変充実した時間を過ごすことができました。一方で、チェンマイは治安が良くのどかな街なので一人でも出かけやすく、1か月を通してとても満喫することができました。

交通手段について

チェンマイには鉄道やバスはなく、主な交通手段としてタクシーと「ソントウ」という名の乗り合い制バスを使っていました。タクシーはアプリを使用して簡単に配車することができ、値段は日本のタクシーの1/4~1/3程度ととても安価です。私が主に使っていたバイクタクシーは特に安価で、交通渋滞も回避することができとても便利でした。ただ、運転手によっては車や他のバイクをすり抜けるような危険な運転をすることもあり、タイでは交通外傷も多いという事実にも納得がいきました。ソントウは事前に行先と値段を交渉して運転手と合意が得られれば乗れる、という方式の、最も安価で現地住民にとっては必須の交通手段です。土地勘・説明力・交渉力がないと乗りこなすことができず初めは緊張しましたが、慣れていくうちに運転手とのコミュニケーションや、風を感じながらのんびりと街を眺める時間をとても楽しめるようになりました。ソントウを使い始めたきっかけは交通費の節約でしたが、それ以上に現地で暮らしていたからこそ、貴重な経験ができたと思っています。

食事について

レストラン、食堂、屋台、フードトラックなど様々な形態の食事処があり、衛生水準も様々でした。個人的には最低限の衛生面を見極めつつ、なるべく現地に根差したローカルな食事を好んで食べていました。そのような店ではメニューはタイ語表記しかなく、一人で訪れた場合はメニューを理解するのにも注文するのもにも翻訳アプリや周囲の観察が必須でしたが、このような食事を通して現地の食文化にかなり精通した感覚があり、店員さんとのコミュニケーションも含めて1か月間、毎回の食事が刺激的なものになりました。

大気汚染について

チェンマイはpm2.5などによる大気汚染が世界最悪といわれており、特に暑季・乾季である4月は野焼きや山火事の影響で1年の中で最も汚染レベルが高くなります。大気汚染レベルをリアルタイムで監視するウェブサイト IQAir で汚染レベルをチェックし行動の計画を立てる、マスク・サングラスを着用する、といった対策をとってました。個人的には眼がやや乾燥する程度の症状に留まりましたが、周囲でも対策をとっているにも関わらず喉や肌に異常を感じている人が少なからずおり、健康被害の大きさを感じました。

4. 言語・コミュニケーション

タイでは医学を英語で学ぶと聞いていましたが、実際は英語を使用するのは医学単語レベルであり、カルテも医療現場でのやり取りもタイ語だったので、英語で逐一解説して下さる先生方のご協力なくしては難解でした。医師・医学生の間でも英語の得手不得手は人それぞれで、ましてや病院外では英語が全くわからない人の方が多い現状でした。その中でも積極的にコミュニケーションをとろうとしてくれる方々の姿勢に感銘を受けるとともに、自分の側からもどうにか伝えよう、めげずに関わろうと必死に工夫した結果、シンプルなメッセージを平易な単語のみで表現する独特の英語力が磨かれたように感じます。また、言語でわかりあうのが難しい病院外では特に、笑顔や挨拶を大切にするようにしたり、簡単なタイ語の単語を使うことでコミュニケーションの意志を見せたりするように心がけていました。時には言いたいことが完璧には伝わらないもどかしさはありませんでしたが、ことば以外で人と繋がれる一種の楽しさのようなものがあり、そういったコミュニケーションの形態に気づくことができたのは大きな収穫だと考えています。渡航前に英語を勉強したことで自信はつきましたが、少なくともタイに関しては語彙力よりも伝えようとする気持ちとガッツが重要であることを後輩には伝えたいです。

5. 最後に

日本での臨床実習を1通り終えたタイミングにてタイでの病院実習に参加することは、自分が学んできた医学知識を今までとは違った角度から体系化するトレーニングであるとともに、日本の医療や、医師としての自分のあり方について考えさせられる非常に良い経験となりました。

また、心を尽くして留学生の私に接して下さった現地の医学生・医師、街の人々との出会いを通し

て、彼らの温かさや優しさに感動するだけでなく、自分の人間性にも磨きをかけていきたいと思えるモチベーションとなりました。言葉の壁があっても、壁があるからこそ、人の優しさを心で感じることができ、ひいては自分とも向き合う貴重な時間であったように思います。

チェンマイで過ごした1か月間は、医学生としてのみならず、一人の人間としてあまりにも得るものが多い、大変濃厚な時間でした。異文化の中で学んだこと、感じたことを自分の成長につなげられるよう、今後とも精進して参ります。

渡航に当たり親身になってサポートして下さった教務課の加部さん、篠崎さん、国際交流センターの王さん、推薦して下さった微生物学免疫学教室の根岸先生、およびこのような機会を与え、支えて下さった全ての方々に感謝してご報告とさせていただきます。