

序

「ブログのおかげで、ブレイクスルーできました」

「毎日、感謝、感激、感嘆、感動してんでいます。お体にはくれぐれもお気をつけて連載を続けてください」

「目から鱗が何枚も落ちたような気がしました」

「簡単なドリルですが、これを生み出すまでに費やした先生の努力を思うと涙が出てきます」

これらは1年間連載を続けた私のブログ「NACKの大腸内視鏡講座」にいただいた読者からのコメントです。このブログは大腸内視鏡の効率的な習得法を追求するもので、超初心者でも理解できるように、日頃は説明されない基本的な内容を主に解説しています。ブログの記事に対していただいたコメントは、いずれも私の宝物になっています。

本書はこのブログの記事から特に初心者にとって重要な内容を精選し、新たに多くの説明や図解を加えてまとめたものです。

本書の特徴は2つあると考えています。すなわち厳選された動画と自作のセルフトレーニングです。

今回出版にあたり、ブログに掲載した約550本のビデオのうち、特に好評であった104本をDVDに収めています。ご紹介するセルフトレーニングは、すべて研修医が飛躍的に成長した実績のあるトレーニングばかりです。大腸内視鏡検査では習得すべき独特な感覚があります。言葉で言い表しにくいこの感覚を日常のありふれた感覚に置き換えることにより、挿入手技をより早く習得してもらえると考えています。ブログではコロンモデルなども使っていますが、そのような教材がない施設が多いために、身近なものでトレーニングできるように工夫しました。

優秀な指導医のいる施設は限られています。また、優秀な指導医がいたとしても、その多くは自分自身もどうしてうまくいったかわかっていないようです。上達する過程で、どんなテクニックを身につけたのか自覚がないのです。そのため、「自分と同じように上達するには自分が経験した件数を体験するしかない」と研修医に指導する方も多いようです。こうした点から、研修に要する時間は今も昔もほとんど短縮できていないのが現状です。

私は多くの研修医を指導していくなかで、必ずぶち当たる壁をいくつも見つけ出しました。そして、私と研修医の操作を1つ1つ比較することにより、その壁を克服するテクニックの抽出に成功しました。それを効率的に習得可能なセルフトレーニングとしてまとめたのです。

この本のトレーニングを着実に行えば、上級者が数年かけて身につけるテクニックをひとりでごく短期間（平均1カ月程度）で習得することができます。

当面の目標は、挿入率90%・平均挿入時間10分です。

さあ、一緒にがんばりましょう。

2011年7月吉日

仲道孝次