

---

## ■ 医師 1 年目になる君たちへ ■

---

私は今でも、初期研修医としてはじめて救急外来に出たときのことを鮮明に思い出すことができます。

当時の私は、あまりにも無力でした。

信じられないほどテキパキ働き、次々にスタッフに指示を出す先輩医師。検査の適応や輸液の種類、患者に問診すべき事項を知りつくした看護師。彼ら、彼女らを前に私は苦悩しました。医学生の際、あれほど真面目に勉強したのに、なぜ自分はこんなにも使い物にならないのかと一。

国家試験の合格に必要な知識と、医療現場で必要とされる知識には、乖離があるのです。

例えば、国家試験を乗り越えたみなさんは、電解質異常をきたす疾患や、そのメカニズムについてよく知っていると思います。ですが、電解質異常を治療するための、末梢ルート確保のコツや、必要な物品のラインナップを知りませんし、患者や家族への説明の方法も知らないはずです。

例えば、呼吸不全をきたす疾患やその治療法について、みなさんはしっかりと学んできたと思います。しかし、患者に酸素を投与するとき、どのデバイスを使い、分速何リットルで投与するのが最適なのか。そう問われると困ってしまうでしょう。

これらは、現場で医師として行うべき、あるいは他職種のスタッフに指示すべき重要な医療行為なのですが、医学部では十分に学びません。誰もが、現場での On the job training で身に付けるのです。そして残念ながら、臨床現場がこれほど「初見」に満ちた場所であることを、多くの医学生は知りません。だからこそ真面目な医師たちが、この辛い現実にも悩まされるのです。

---

---

そこで本書ではまず、

「初期研修のスタートをスムーズに切れること」

「本来のスタートラインより少し前進した位置から走り始められること」を目標に、必要な入門知識をまとめました。本書を読めば、初期研修というプロセスを少し高い位置から俯瞰でき、仕事はずいぶん楽になると思います。

また、初期研修中に壁にぶつかったとき、伸び悩んだときなど、初期研修を通して、本書の内容はみなさんの支えになると思います。

もちろん、この時期のみなさんに必要なのは、医学知識だけではありません。

医師になると、医学生時代より遥かにたくさんのお金を手にすることになります。しかし、お金の使い方や貯蓄の仕方を学生時代から学ぶ人はほとんどいません。医師になって急にまとまったお金が手に入り、さして必要のない保険に加入したり、後先考えずに浪費してしまったり、詐欺的な儲け話に引っかかってしまったりする。そんな後輩は後を断ちません。お金の知識、マネーリテラシーを身に付けるのも、早ければ早いほうがいいに決まっているのです。

また、キャリアについて考えることも大切です。目指したい未来の自分像を描き、そこから逆算して毎日を過ごす。こうした計画性もまた、初期研修の頃に身に付けてほしいと思っています。

本書は、医師1年目になるみなさんへ、そしてあの頃、一人思い悩んでいた医師1年目の私自身へ向けて書きました。

ぜひ早めに通読し、快調な初期研修にさせていただくことを願っています。

2025年2月

山本健人

---