シリーズ・開業

# 開業した頃を振り返って

早川広樹
早川皮フ科クリニック
（横浜市南区）

平成15年７月に横浜市南区弘明寺で開業しました。現在開業してから５年半が経つのですが、やはり長かったような短かったような思いです。ただ開業して初めの１週間、１ヶ月は本当に長く感じました。患者さんが来てくれるだろうか、ちゃんとやっていけるだろうかと不安でいっぱいでした。今回、開業した頃のことを振り返って、思いつくままに書いてみたいと思います。

私は昭和63年に佐賀医科大学を卒業し、平成２年に横浜市大の皮膚科に入局､以後大学病院のほか、横浜栄共済病院、社会保険相模野病院、藤沢市民病院の皮膚科に勤務しました。開業場所はリサーチなど行わずに決めてしまったのですが、開業してしばらくはいつも閑古鳥が鳴いている状態で、勤務医と違い、開業医は収入がマイナスになり得るという事実（現実）を目の当たりにしました。開業して間もない頃、自分はこんなに暇を持て余しているのに、後輩の先生方は今も病院で忙しく立ち働いているんだろうなぁと思い、複雑な気持ちになったことを覚えています（開業するまで勤めていた藤沢市民病院ではいつも後輩の先生と一緒に働いていたので、そんな風に思ったのかも知れません）。その後も患者さんは決してそれほど大幅に増えたわけではありませんが、少しずつ増えてくれ、おかげさまで今は何とかやっています。

開業して良かったと思うのはやはり「自由」なことでしょうか。何もかも自由なわけでは決してありませんが、それでもやはり組織の一員として働くのに比べ､比較にならないほど自由であると思います。自分は勤務医を辞めて開業した最大の理由はそこにあったので、そういう意味では開業して良かったと心から思っています。

開業してから苦労したことの一つは電子カルテでしょうか。うちの場合、当初オルカと某社の電子カルテを連携させて使っていたのですが、連携が悪くてトラブルが頻出したため、半年ほどで見切りをつけて、ドクターソフトという電子カルテに替えてしまいました。替えてからは基本的にはトラブルがなくなりましたので、たぶん良かったのではないかと思っています｡電子カルテを導入した最大の理由は、自分の場合手書きよりワープロ書きの方が楽だからです。パソコンの知識が全然ないので、トラブルが起きた時には苦労しますが、電子カルテにしたこと自体は良かったと思っています。

それとクリニックのスタッフの問題ではやはり苦労します。自分と合わないスタッフでも、我慢して働いてもらったこともありましたが、我慢を重ねているとどうも身体を悪くしてしまう（？）らしく、最近はそういう点であまり無理しないようにしています。幸い最近はスタッフも落着き、今はとても働きやすい環境になっています。

クリニックの内装は、知り合いの先生から建築士の方を紹介して頂き、相談しながら決めていきました。その建築士の方が「職場であっても自分にとって居心地の良い空間の方が働きやすい」と言われたのに賛同し、予算の許す範囲で、機能的でかつ居心地のいい空間を目指して作りました。待合室は患者数のわりに広く作りすぎたかなとも思うのですが、最近はチェロの練習にも活用しており（チェロは40歳から始めたもので、下手です）、また診察室を２つ作ったのですが、結局ほとんど全ての診療は診察室１で済ませ、診察室２はピーリングに使っているくらいなので、これは初めから多目的室のような形で作った方が良かったかなと思っています。

クリニックのホームページは、建築士の奥さんがそういう仕事をしている方だったので依頼し、格安で作って頂きました。シンプルですが、いいホームページになったように自分では思っています（http://www13.plala.or.jp/hayakawahihuka）。

自分はとくに理念と呼べるものも持たず、自分にできるベストの診療を目指して日々やっているに過ぎませんが、今後も自分なりにまじめにマイペースで一生懸命やっていきたいと思っていますので、神奈川県皮膚科医会の先生方、どうぞよろしくお願いいたします。

# 10年一昔

**大沼すみ**
大沼皮フ科
（横浜市南区）

平成10年４月に開業しましたので、今年の４月で11年になります。それまで勤務していた横浜市立大学医学部附属浦舟病院（現横浜市立大学附属市民総合医療センター）前にクリニックを構えました。呼び名だけでなくセンター病院はこの10年ほどの間にかなり変わりました。私が開業したころはまだセンター病院の建物は建設中でした。勤務していたころ、よく病院の再整備委員会に出席しました。病室のモデルルームも見学しました。当時、新病院の再整備に関わった医師は新病院では働くことができない、というジンクスがあったようです（開業後に看護師さんに聞きました）。私が開業した翌年、新病院がオープンしましたが、その後まもなく浦舟病院で一緒に仕事をしていた池澤先生が教授に就任され、福浦にある本院にご栄転されました。その後センター病院の歴代の部長先生、スタッフの先生には大変お世話になっています。重症患者さんの入院をお願いしたり、病理組織診断の相談をしたりと色々と助けていただいています。また、毎週教授回診に参加させていただき、外来もやらせていただいています。

日々の診療で思うことは、100人患者さんがいるとしてどんなにがんばっても100人すべてに満足していただくことはできない、ということです。また１人で診療していると、検査や治療など本当にこれでいいのだろうかと迷うことも多いです。外来診療の難しさを毎日実感しています。それでも勤務医時代から興味を持っていた、接触皮膚炎や金属アレルギーの診断のためにパッチテスト試薬をそろえ、なるべくパッチテストを行ったりしています。難治性の円形脱毛症に対するＳＡＤＢＥ療法も行っています。昨年４月から紫外線照射機をナローバンドＵＶＢも照射できる機械に買い替えました。勤務医時代から紫外線療法には大変興味があり、開業してからも光線療法を行っている患者さんは多いほうだと思っていました。ナローバンドを導入してから、さらに光線療法の患者さんが増えているように思います。

今はネット社会ですので、ホームページを作っている先生も多いことと思いますが、私が開業したころはまだあまり一般的でなかったように思います。それでも開業時に知り合いがホームページを作成してくれたので、11年前からホームページを立ち上げました。以来更新していませんので、あまり役に

やさしいスタッフとともに

立っていないようですが、３年前に突然昔の友人から同窓会のお誘いが舞い込んで来ました。卒業以来音信不通でしたが、ホームページから連絡先がわかったとのことで、意外なところで役に立ったと思っています。

11年という時を考えてふと周りを見回すと、クリニック周辺もマンションが増え、薬局が増え、以前横浜市立大学医学部病院の外来があった建物は老人介護施設になりました。２週間に１回ほど入所している患者さんの往診に行きますが、当時の面影はほとんど無くなっています。唯一当時のまま残っているのは階段のみです。私は往診のたびに、エレベーターを利用せずに階段を上りながら、勤務していたころを思い出しています。

私事ですが、開業時に中学２年生だった娘がこの4月から研修医になります。もくもくと国家試験の勉強をしている娘を見て、当時の自分を思い出したりしていました。今の国家試験は２月に行われ、しかも３日間です。国試の問題を見ましたが、皮膚科領域の出題も多く、かなり難しい問題でした。国試発表は３月27日でした。今は個人情報に配慮して新聞に名前が載ることはありません。厚労省のホームページで受験番号を確認します。私たちが研修医だったころとは違い、研修医を保護する新研修医システムも始まりました。全国をあげて医師免許を持った若い医師に実地研修をさせ、２年間かけて大切に育てるシステムができたことは大変喜ばしいことです。これから勤務医の過酷な労働状況の改善も行われるものと期待しています。

自分の年齢、クリニック周囲の状況、医師を取り巻く環境、こどもの成長、社会の情勢、すべてが変わっていてまさに10年一昔です。これから何年開業医を続けられるかわかりませんが、周囲の方々に支えていただいたこの11年間を大切に、また新たな12年目を踏み出したいと思っています。

# 皮膚科開業医として生き残るには

**尾作　文**
おさく皮膚科
（横浜市西区）

平成８年９月に横浜市の西区に開業して早12年が過ぎました。藤棚商店街という比較的元気な商店街のすぐそばで、やはり元気なお年寄りの多い地域です。外来は時間帯によっては小児科かと思うほど赤ちゃんが多かったり、１～２階が整形外科のクリニックのためかやはりお年寄りが多いように思います。

開業してから気づいたことは、１人で診察をして同じ患者さんを何度も診るようになると、よくなっているだろうと思っていたのに全然よくなっていなくて愕然としたり、これが最新のベストな治療だと信じて行っても患者さんの生活背景を考えないと全く意味がないということです。皮膚科は患者さんが納得して正しく薬を塗ったり飲んだりしてくれて初めて治療ができるわけですから、むずかしすぎたりめんどうなことは気をつけなければいけません。往診に伺ったりするとさらにそう思います。軟膏を塗るどころか生活するのに精一杯、という方がたくさんいるのです。治療効果が患者さんの生活に左右されるのも皮膚科の特徴かもしれませんね。

また、皮膚科は診療内容がバラエティに富んでいることに改めて気づきました。先日、２月に休日診療の当番がまわってきました。といっても皮膚科は忙しく診療されている内科の先生の隣の机でひたすら本を読んでいるしかないのですが……。そのとき内科の先生の診察の様子が聞くとはなしに聞こえてきました。インフルエンザの時期でしたので、熱をはかってのどを診てインフルエンザの培養をして「じゃあお薬だしときますね」と録音をしたかのように同じパターンの診療がずっと続いたのでした。

それに比べて皮膚科は、頭のてっぺんから足の先まで、湿疹あり、水虫あり、いぼあり、炎症あり、外傷やらエトセトラ……。次は何かしらと緊張しま

す。「名探偵コナン」とはいいませんが原因がぴったりあたって患者さんに「何でわかるんですか？」と驚かれ、心の中でこっそり「ピース」できるなんて皮膚科の醍醐味かもしれません。

最近、世の中が不景気になったり、水虫やヘルペスの塗り薬もどんどんOTCになり他科の先生が当たり前のように軟膏を処方したり、抗真菌薬やプロペシアを処方するようになってきている中で皮膚科開業医として生き残っていくためにはどうすればよいのだろうとしみじみ考えるようになりました。

きちんと原因を見極めて的確な治療をすること、丁寧な生活指導を心がけること、それぞれの患者さんの生活に合った治療を考えること、必要であればすみやかに病院の先生にご高診していただくこと、必要な処置はちゃんとすること。たとえば信じられないくらい厚くなってしまった爪白癬の爪きりや手の届かない背中の軟膏処置などです。

今の私が思いつくのはそんなところです。「こんなに早くよくなるならもっと早くくればよかった」「ちゃんと皮膚科にきたほうが早く治るわね」と言われるようにならないといけないと心から思います。皮膚科の大切さを身をもってアピールすることを肝に銘じて、また日々の診療に励みたいと思うこのごろです。

# 開業医生活33年を振り返る

**佐藤　健**
佐藤皮膚科クリニック
（逗子市）

昭和50年２月北海道北見赤十字病院皮膚科部長を辞し、当地逗子に開業してから早くも33年の年月が過ぎました。人生何か夢の跡の感で在りますが、開業当初はいわゆる落下傘開業でしたので落着くまでに多大な苦労と時間を要しました。北海道よりこちらに来て開業しましたのは、当時父親と弟が同じ逗子市内で歯科医を開業しており、同じ市内に住むことをすすめられた為でした。

この地に移り住んで感じましたことは、気候が温暖で首都への交通の便も良いということです。市民の90％が永住を希望していると聞いた通り大変住みやすい町でした。

しかし、医院の位置が表通りではなく駅から近かったのですがうら通りに位置していたため、人目につきにくく駅のホームや電柱に看板を出したにもかかわらず開業初日の、患者数は１日で５人でした。それも父親と弟の紹介で来た患者がほとんどでした。

その後約１ヶ月は、一桁台の患者が続き冷たい雨の降った日などは１日で１人しか来ない日もありました。

同じ医師会の小児科医にこの事をぼやきましたところ彼は、（自分が開業した時は初日は１人も来ず２日目の夜になってやっと往診が１件入ってほっとしたのをおぼえています。この逗子は３年は我慢しなければなりませんよ）と言って慰めてくれました。

彼の言った通り１年後には平均で20人から30人となり、３年後には勤務医時代とほぼ同数の患者が来るようになりました。この経験から言えることは看板はたいして効果がなく口コミが最も重要であるということです。

神奈川県皮膚科医会は開業時より入会し、週末の開催が多くほとんど出席し大変勉強させて頂きました。

最初の頃は日皮の地方会と同じ様に演題発表のみでありましたが、最近では教育講演中心で保険請求問題の解説やQ&Aもあり日常診療にかくべからざるものとなっております。これからは自分のようなアナログ世代からデジタルの世界（電子カルテ、オンライン）に変わって行くのは避けられないと思われますが、出来るだけついて行けるよう努力するつもりで居ります。いずれにしましても患者さんから（先生お陰様で治りました）と言われるのを励みに体力、気力、知力の続く限り生涯現役で限られた人生を全うしたいと願っております。

# 開業生活と思い出

**小竹伊津子**
コタケ皮膚科医院
（藤沢市）

平成６年３月より藤沢市にてコタケ皮膚科医院を開業いたしております小竹でございます。最初の診療所は片瀬海岸に、ついで平成14年４月より100m程離れた現在の片瀬に移転しました。

ご存知の方も多いと思いますが、片瀬海岸・片瀬は江ノ島を前に望み後ろには片瀬目白山、近くを流れる境川沿いに５分程歩けば浜に着きます。近くには日蓮上人所縁の龍口寺、片瀬の街を少し山側に入ったところには、意外にもお寺が多く、朝青龍が藤沢場所（巡業）の時にはお参りするという鎌倉時代のモンゴル人のお墓もあります。街の中を２両編成の江ノ電が走り、緑に囲まれたお散歩が似合う静かな街ですが金曜日の深夜に響くバイクの爆音と共に週末の賑やかな湘南の街へと変身します。

開業は、２人の娘たちの幼稚園・小学校へあがる時がきっかけとなりました。北里大学医学部を卒業後、東京医科大学皮膚科に入局研修、勤務の後一般病院の勤務医を経ての開業でした。開業当初から藤沢市医師会・藤沢市皮膚科医会・神奈川県皮膚科医会に入会させて頂き数々の貴重なご講演を聞く機会に恵まれ、大変有意義に過ごせました事を感謝申し上げます。

子育てと仕事について振り返りますと、当時はまだ学会会場に託児室が無い時代でしたので、わが子育てを振り返れば、家族友人の互助会システムの中なんとかやってきた、と言う感じです。娘たちからは、及第点はなかなかもらえませんが、いずれ成長した時に仕事を持ち社会参加していく事の意義を理解してくれる事でしょう。趣味は家族旅行。仕事と家事から解放される至福のひとときです。どんなに倹約してでも、こればかりは休みをとって出かけます。

実家は藤沢より東海道を少し下った小田原です。父は84歳、まだ現役開業医で耳鼻科を診療しております。私自身は小中高と藤沢の学校に通っていたという事もあり、この地での開業は楽しみな一面もありました。案の定診察室での20年ぶりの再会、懐かしいお顔と昔話に花が咲く事も多々ありました。現在スタッフは常勤１名・非常勤５名。院長含め、笑顔と親切をモットーに日々診療に努めております。夫は歯科医です。隣でコタケ歯科医院を開業しております。

当医院は受診者の２割程が高齢者という状況です。往診も少しずつ増えております。開業してからの15年、老人保健を振り返りますと初めは月額500円で、次いで800円、そして１受診500円（上限2,000円）から進化？し後期高齢者と移り変わって来ました。往診に行き親85歳子供60歳、後期高齢者だけの世帯など、想像以上に老々介護が増えているのを実感しております。一般的にですが、体力も経済力も余裕の無い方たちが毎日行う介護を、いかに簡便で安価に出来るかが処置を指導する上でテーマの１つになっております。

15年前の開業当初は、周りを見回す余裕もありませんでした。が、今思えば金融機関の破綻など、今と似たような状況だったようです。当時幼稚園と小学校にあがったばかりの娘たちも今は２人とも大学生。寂しい気もしますが、今後は夫々に自立して行く事でしょう。私も少しでも成長出来るように、いろいろと学んで行きたいと思っております。

今後共どうぞよろしくお願いいたします。