

OPU Students 海外留学レポート

Study Abroad Report from the OPU students



プロフィール (Profile)

氏名 (Name) 寺田有里
所属 (School) 看護学研究科
学年 (Grade) 博士前期課程 1 年

留学先 (Name of overseas institution)
マヒドン大学
留学期間 (study abroad period)
2018/9/3~2018/9/16

記入日 (Date) 2018/10/2

留学レポート Study Abroad Report

マヒドン大学への留学は 2 週間と短い期間ではありましたが、様々なことを実際にみたり、体験することができ、とても貴重な経験を得ることができました。

私は地域看護学分野に所属しているため、community health を中心にプログラムを組んでいただき、地域を見る機会、現地の学生や教員だけでなく住民の方々とお話できる機会が多くありました。これらのような機会は留学したからこそ得られるものであり、留学に行ってもよかったと感じた点のひとつでもあります。実際に見ることによって、日本で調べているだけではわからないようなこともありますし、その場の様子はあくまで想像することしかできません。留学に行かなければ行くことができないような場所、かかわれなかった人、聞くことができなかった話があります。私は英語に全く自信がなく留学へのハードルは高いと感じており、申し込むかどうか正直なところ、かなり迷っていました。しかし英語だけを理由に留学を諦めなくてよかったと思っています。このレポートを読まれる方で留学に興味があるけれど英語が苦手な方もぜひ挑戦していただきたいと思います。

私の今回の留学での主なプログラムは学会の参加、家庭訪問、パブリックヘルスセンターやプライマリーケアユニットなど施設の見学、マヒドン大学の院生との研究テーマの共有、マヒドン大学の教員による講義、セルフグループやエルダリークラブなど住民主体の活動の見学、タイの伝統医療の見学でした。学会では、タイではどのような分野でどのようなことに注目して研究が行われているかを知ることができ、その分野のタイにおける現状などを知る機会にもなりました。私が今回参加した学会は看護の様々な分野(地域看護学分野だけでなく、そのほか)や医学や薬学など医療系に関連した学会でした。私は認知症に関するものや思春期の妊娠に関するものなどに参加しました。また、いっしょに参加していた府立大学の学生が質問を個別に聞きに行ったことにより、発表者の方が別でお話する機会を作ってください、研究テーマについて話したりもしました。もし留学して学会に参加する機会があれば、このように発表者の方からお話を聞くことができる可能性もあるので、積極的に質問するとよいかもしれません。



家庭訪問は全部で 4 ケース行きました。病院が直接行っているものだけでなく、病院が地域に配置したプライマリーケアユニットから行ったもの、パブリックヘルスセンターという政府の施設が行っているものもあります。住民の方の暮らしぶりが見られますし、在宅での療養生活をだれがどのように支えているのかといったこともみることができました。またマヒドン大学の学部生の実習に同行して行った訪問もあり、タイの学部生の実習の様子も見ることができ、大学の看護学部の教育について学部生と話す機会にもなり、タイの看護教育について知ることができました。日本とは違い、タイの看護学生は実習で様々な看護技術を患者に実施します。バイタルサインの確認や車椅子

移乗だけでなく、経鼻チューブの交換など侵襲性のあるような技術も教員や看護師の監修のもとで行っていました。学部生や院生に聞いてみたところ、点滴や膀胱留置カテーテルなどどんな看護技術でも行うとのことでした。プライマリーケアユニットから訪問した 1 ケースは何か処置が必要なわけではなく、疾患の自己管理などについて行っているようでした。プライマリーケアユニットはプライマリーケアを行うだけでなく、ヘルスプロモーションの考え方を取り入れた活動が行われています。このように家庭訪問といっても、日本でいう訪問看護のようなものもあれば、役所が行っているような家庭訪問も、タイでも行われていました。またプライマリーケアユニットはラマティーボディーの病院がお金を出しており、ラマティーボディーの病院はヘルスプロモーションやプライマリーケアなど WHO などの戦略にも基づいて行われていることが理解できました。家庭訪問では私たち日本の学生は見学だけでなく、患者さんや住民さんと話をさせていただいたり、呼吸音の聴取などもさせていただきました。



パブリックヘルスセンターではセンターに関する講義のほか、センター内の見学、デング熱の予防活動にも参加させていただきました。パブリックヘルスセンターではタイの伝統医療が受けられたり、理学療法士によるエクササイズに参加できたりや筋力低下を予防する機械を利用できたり、伝統ダンスとカラオケを合わせたような音楽療法などがいずれも無料で受けられます。また、アウトパシエントクリニックというものがあり、そこでは指をハンマーのようなもので打ち、指が変色してしまった住民が看護師による処置を受けていました。このようなサービスも同様に無料であるということでした。タイではパブリックヘルスセンターに限らず、今回見学したラマディーボディーの病院から行った家庭訪問なども無料であり、無料で受けられるサービスが多いと感じました。それらのサービスは税金でまかなわれていることが多いようでした。パブリックヘルスセンターでの体験の中で特に印象に残ったのはデング熱対策の活動でした。この活動は1週間に1度、ボランティアの方と一緒にしています。タイは熱帯性気候であるため、デング熱は日本

と違ってポピュラーな感染症です。デング熱の対策はデング熱の感染の媒介となる蚊を発生させないための活動が行われていました。それは蚊が発生する水に対する対策で、薬を用いて蚊の幼虫であるボウフラを殺虫するほか、蚊が発生する前に水を定期的に捨てる、水がめにはボウフラを食べてくれる小さな魚を飼うといったものがあります。別の地域で地区視診をしていたときにも水がめを置いている家は多くあったので、タイの暮らしの文化の特徴のひとつと考えられ、文化に合わせた地域活動の重要性を感じました。また、タイには水が多くあり、水はけもよくないところを多くあるようにみえました。実際このデング熱の予防活動を行っていたときにも小さな池のように水が溜まっているところや、道路わきにも小さな水溜りが多くあり、それら一つ一つに殺虫剤をまきました。また、担当する地区の家庭を全戸訪問して殺虫剤を配るのも大切な活動です。私たち学生も一緒に住民さんに配ったり、水溜りに殺虫剤をまくことをさせていただきました。全戸訪問を行うため、パブリックヘルスセンターの職員だけで行うことは難しく、ボランティアの方々の力があってこそできる活動であると感じ、互助の重要性は日本だけではないと学びました。



セルフヘルプグループやエルダリークラブでも、タイでの地域活動、健康保持増進における住民の力の強さや重要性を強く認識しました。私が今回見学したセルフヘルプグループは喉頭がんなどにより喉にストーマが必要になった方々のグループを見学させていただきました。日本でも疾患に罹患して、その患者会でお互いの情報を交換するなどしてサポートし合う団体は多くあり、積極的に活動しています。疾患にもよるとは思いますが、今回のような手術をしてストーマを形成するときに、術後からセルフヘルプグループに入り、サポートを受けるイメージを持っていました。しかし今回見学したセルフヘルプグループは術前からピアサポートがはじまっていて、もちろん術後もサポートが行われていま

した。不安や疑問はこれからの生活についてもありますが、手術そのものについても同様に不安や聞きたいことがあると考えられます。看護師などの医療職者が説明することももちろん必要で重要ですが、実際に同じ体験をした方から聞くことができる環境、そして不安を早期の段階から受け止めてもらえる環境にあることは、患者さんの安心につながるものであると実感しました。実際、そのとき訪れた患者さんは前日に手術が終わったところでしたが、穏やかな表情で、「心配なことは全然ない」と筆談で書いていらっしゃいました。セルフヘルプグループのメンバーの方々も新たな患者さんをサポートすることにやりがいを感じ、グループへの参加により良い友人たちと話せることがうれしいと話されていた。この活動は1986年に始まっていて、ラマディーボディーの病院が援助しています。だからこそスムーズに術前の患者さんにサポートを提供できるのではないかと考えられ、日本でももしも行うのであれば、そのグループと病院への連携がうまくいくように支援することが必要になるのだろうと考えました。

私が全体を通して痛感したことは、英語をもっと勉強していれば、より学びが深まったのではないかと感じました。英語が苦手でも学べることは多くあります。実際に見て学べることはありますし、学生や教員の方も配慮してわかりやすく丁寧に話してください。しかし、それでも講義や学会などで聞き取れないことは少なからずありますし、質問したくても聞き取った内容で精一杯になったりして質問ができなかった場面もありました。特に、医療用語の英語はなかなか聞き慣れないので、複雑な話になると難しくなります。そのようなことを少しでも減らすためにできる限りで英語の勉強をしたり、医療用語の英単語への対策をしておくことにより充実した留学になると思いました。またタイと比較するためにも、自分の専攻分野や関心ある分野の日本での現状について理解しておくことも大切なことだと思いました。

今回の留学を通して、タイでの看護、特に地域看護、公衆衛生看護について知ることで、日本のことを比較し考えるきっかけにもなりました。タイでも高齢化が進んでいるなか、さまざまなサービスが無料であり、それは税金でまかなわれています。今後日本のようにそれらのサービスへの費用が増大していくことが予想されます。日本などほかの高齢化が進んでいる国々の政策とその効果を参考にすることができます。日本は高齢化が世界で最も進んでいて、今後もさらに進んでいくことは確かです。その高齢化をどのように乗り越えていくかは日本の課題であり、またそれを世界に発信していくことは日本の大切な役割であるとの留学で学びました。