

留学便り

東北大学病院精神科
大室 則幸

私は、平成27年4月より、英国ロンドンのキングスカレッジ精神医学研究所 (IoPPN: Institute of Psychiatry, Psychology & Neuroscience) に visiting researcher として、研究留学をさせて頂いております。ここには、英国内のみならず、イタリアをはじめとした他のヨーロッパ地域やそれ以外の地域からも多くの研究者や学生が集まっています。また、私の研究スペースのある Denmark Hill キャンパスは、英国内最大のメンタルヘルスのトレーニング機関であり「モーズレイ処方ガイドライン」などの臨床実践ガイドラインを刊行していることでも知られているモーズレイ病院と隣接しており、臨床・研究における相互協力が行われています。

私は、IoPPNの中でも最大の研究部門である Psychosis Studies のグループに所属し、Philip McGuire 教授の指導を受けながら、精神病発症リスク状態 (ARMS: At-risk mental state) において、認知機能が臨床転帰にどのように影響するかというテーマに取り組んでいます。東北大学病院精神科時代には、病院内の早期精神病外来 (SAFE クリニック) にて、主に、初回エピソード精神病や ARMS の状態にあると認められた方たち向けの臨床サービスと、認知機能障害と症状や機能がどのように関連するのかといったことを対象とした研究に取り組んでおりました。ここ IoPPN においては、オランダを始めとする他国の研究施設との共同による積極的な多施設研究が展開されています。ARMS の研究においても、EU-GEI (European Network of National Networks studying Gene-Environment Interactions in Schizophrenia) という5ヶ年のプロジェクトが施行されており、私の留学のタイミングは、このプロジェクトにおける対象者のリクルートが終了を迎えつつある時期と一致していたこともあり、このプロジェクトにおける認知機能データの一部を解析させて頂けることになりました。

IoPPN は、テムズ川以南のロンドン南部に位置しています。この地域における精神医療圏は、英国の国営医療サービスである NHS によって SLaM (South London and Maudsley) と呼ばれており、都市部での居住、移民、貧困、違法薬物の使用といったサイコシスのリスクファクターとして挙げられるような特徴を有する人が多く住む地域にあたります。ARMS に対する専門的な臨床サービスを提供している OASIS (Outreach And Support In South London) と呼ばれる施設がこの地域には3つ存在しており、さらには、Prison における活動も展開しています。東北大学病院精神科の SAFE クリニックもそうでしたが、日本で ARMS の臨床を展開している施設においては、医師が「主治医」として中心的な役割を担っていることが多いと思います。一方、OASIS においては、心理士がケースマネージャーとなることがほとんどです。認知行動療法などの心理療法については、主にケースマネージャーとは別の心理士が担当し、医師の関与は、身体的な診察や薬物療法が必要とされる場合などに限定されています。また、SLaM には、発症間もないサイコシス (psychosis) に対する早期介入ユニットも4か所存在しており、ARMS へのサービスを提供する OASIS もこういった早期介入ユニットと連携をとりながらサービスを展開しています。こちらでは、臨床担当と研究担当の役割分担がなされてお

り、ARMSを対象とする研究において必要とされる専門的な評価や検査などは、IoPPNの研究者が担当しています。OASISでは、何度かケースミーティングを見学させて頂きましたが、1つ1つの症例を丁寧に扱い、精神病理的な側面などについても、心理士を中心とした活発な議論が行われていたのが印象的でした。

国際的な多施設研究に関わるという今回の経験は、私にとって初めてのことでした。日本では、自施設で臨床、データの収集、解析まで全て行うことがほとんどで、全体の過程を把握しやすい環境でした。一方、国際的な多施設研究においては、単施設の研究の場合には時間をかけずに手際よく行うことができたことでも、時間をかけて様々な手続きを踏まなければならない、まるで水中を走っているかのようなもどかしさを感じることも多くあります。例えば、研究計画段階においては、他の施設の研究者とのデータの使用权についての優先順位についての問題が発生します。このため、多施設データを扱う研究を行うためには、研究要項を作成し、他の研究グループが解析する領域とかけ合うことがないかといったことを含めて、委員会において承認が得られなければ、データを得ることができません。私のスーパーバイザーが、このプロジェクトの責任者の一人でもあるため、他の施設との連絡・調整などに尽力して下さるのですが、特にヨーロッパでは、夏休み、クリスマス休暇等の時期には、長期に連絡がつかなくなることも多く、簡単な確認でさえも、時間がかかることが多くありました。

最後に、今後、留学を考えている皆様のお役にたてたらと思います。留学中の生活面のことについても述べさせて頂けたらと思います。私は、妻と6歳と4歳の息子たちを伴っての渡英となりました。子供たちは現在、現地の小学校に通学しています。こちらの新学期が9月スタートであることも影響し、日本では幼稚園生にあたる下の息子が、こちらでは、兄と一緒に小学校に通っています。私は、現在、ロンドン西部のWest Actonという地域に住んでおりますが、ここは多くの日本人が住んでいる地域であるため、子供たちの通っている学校には日本人の同級生も多く、心理的に孤立することなく通学できています。妻も、子供たちの「ママ友」たちを中心とした交流を満喫しているようです。当初は、家族を日本に残して単身で留学することも考えていたのですが、日本では得ることのできなかつたさまざまな経験を家族と共有することができたことは、とてもよかったと今では感じています。ロンドンの物価や住宅費などはとても高く、留学を計画していた当初は、経済的な不安がとても大きかったのですが、東北大学で助教の立場を維持した形での海外出張とさせて頂けたために日本からの給与が得られていること、そして、精神医薬研究振興財団からの海外留学助成金を頂けたことは、とても大きな助けとなりました。さらには、イギリスのEU離脱が決定したことなども影響し、為替レートが、一時は1ポンド195円程度だったのが、現在では135円程度まで円高が進んだことも追い風となりました。(一方、イギリスのEU離脱決定は、EUからの研究費に大きく依存し、EU圏内の外国人研究者や学生が多く在籍するIoPPNにとっては、とてつもない打撃となってしまったようです。)円高の今は、留学を決断するにはいい機会ではないかと思えます。

留学で得られたこととしては、仕事での体験もそうですが、何よりも、異文化を経験したことで、日本という国を客観的に見ることができたという経験が最も大きかったと感じています。日本に比べると、英国では、頻繁に電車や地下鉄のダイヤが乱れたり、日曜の店の営業時間が短かったりといった不便な点も多くあります。宅配がきちんと届くといったことや、お店で会計が正しく行われるといった日本では当たり前なことも、こちらでは当たり前でないことが多く、クレームを入れなくてはいけない機会もとても多くありました。しかし、慣れとはおそろしいもので、そんなものだとして受け入れられるようにもなりつつあります。一方、環境の面では、ロンドンが都会でありながらも自然が豊か

で、日本では感じることでできなかった開放感や余裕を感じることも多いです。ロンドンには、特に移民が多く住んでいるせいもあってか、多様で異種なものであっても受け入れられやすいという感じがし、外国人である自分に対しても、よそ者扱いされていると感じさせることはあまり多くありませんでした。一方で、日本で起きたニュースやそれに対するコメントなどを見たりすると、日本という国は、常に一様であることを求められ、みんなが誰かに対していつも「けしからん」と言っているような窮屈さも感じてしまうようになりました。これはあくまで一例ですが、今まで当たり前だと思っていたことに対しても、異なる視点を持つことがしやすくなったように感じています。こういった経験は、今後の人生にとってもプラスになるのではないかと感じています。

とりとめない文章で大変失礼いたしました。この場をお借りして、このような機会をお与え下さった東北大学の松岡先生、松本先生、その他の医局の皆様へ感謝の言葉を述べさせていただきます。どうもありがとうございました。



(写真1:IoPPNのエントランス。キャンパスでは野生のリスを見かけることもあります。)



(写真2:OASIS (Southwark and Lambeth)のエントランス。一般的なオフィスと変わらない外観になっています。)